

# DIETAS TERAPEUTICAS BASICAS

Ángel Gabriel Ojeda Altuzar





# DIETAS TERAPÉUTICAS

REALIZADA POR:

Ángel  
Gabriel  
Ojeda  
Altuzar

## 1) Dieta hídrica

Dieta compuesta solo por líquidos y alimentos líquidos transparentes a temperatura ambiente. Los líquidos transparentes son fáciles de digerir e incluyen, entre otros, agua, caldos, gelatina, té y café simples; paletas de agua y jugos sin pulpa, refrescos y bebidas para deportistas.

## 2) Dieta hipocalórica

Las dietas hipocalóricas se basan en la restricción calórica, es decir, en limitar los alimentos que aportan calorías al organismo. Es el tipo de dieta más habitual para lograr la pérdida de peso.

## 3) Dieta hipercalórica

La dieta hipercalórica es la tercera y última variante de la lista. Una dieta que se centra fundamentalmente en el superávit calórico. En general un balance calórico positivo que se acostumbra a utilizar en dietas específicas para subir de peso o ganar masa muscular.

## 4) Dieta hipoproteica

Reducción de la ingesta proteica, indicada de forma especial en la insuficiencia renal crónica para mejorar los síntomas urémicos, reducir la producción de residuos procedentes del metabolismo de las proteínas (urea, ácido úrico, etc.) y enlentecer el ritmo de progresión de la nefropatía.

## 5) Dieta hiperproteica

Una dieta hiperproteica es aquella en la cual se exceden las recomendaciones establecidas para los requerimientos diarios de proteínas

## 6) Dieta hiposódica

Una dieta hiposódica es un tipo de alimentación donde se reduce el consumo de sodio y sal para prevenir y/o controlar la evolución de enfermedades no transmisibles, como la hipertensión o las patologías cardiovasculares.

Referencias:



# ÍNDICE

<https://institutodyn.com/dieta-hiposodica-alimentos-evitar/>

<https://centromedicoabc.com/tipos-de-dieta/dieta-hiposodica/>

<https://centromedicoabc.com/tipos-de-dieta/dieta-hiposodica/>