



NUTRICIÓN 2ºA

DIETAS TERAPÉUTICAS
BÁSICAS.
PLANEACIÓN DIETÉTICA



ALUMNA: Karol Figueroa Morales.

MAESTRA: Daniela Monserrat Mendez Guillen

DIETA HÍDRICA, LÍQUIDA Y BLANDA

Se llama dietoterapia a la parte de la dietética que estudia las dietas terapéuticas.

Dieta líquida: utilizadas en el ámbito hospitalario y ambulatorio. Esta tienen alimentos de textura líquida a temperatura ambiente, cuyo objetivo es aportar fluidos y electrolitos. Es un paso intermedio entre la dieta líquida y la blanda.



DIETA HIPOCALÓRICA.

Más conocida por las siglas VLCD [very low calorie diet], aporta menos de 800 kcal/día con el objetivo de maximizar los resultados de la restricción calórica en el tratamiento del exceso ponderal.

Su objetivo es conseguir una máxima pérdida rápida de peso, tratar de compensar las pérdidas nitrogenadas del cuerpo, esta dieta no debe durar mucho tiempo ya que tiene consecuencias.

DIETA HIPERCALÓRICA

Dieta pensada para lograr un aumento de peso, mejorando la calidad y cantidad de lo que se come.

- Alta en calorías, se utiliza para aumentar masa muscular.
- Las calorías deben aumentarse a expensas de la calidad y la cantidad de alimentos ingeridos.
- Las proteínas deben ser suficientes, entre 1 y 1,5 gr/kg de peso.
- Los alimentos ricos en fibra deben consumirse con moderación, debido a la saciedad.
- Los alimentos deben ser de fácil digestión.
- Conviene incluir los lácteos enteros.
- Consumir las carnes blancas.
- Los azúcares y los dulces pueden usarse con moderación.
- Frutas y verduras se recomiendan siempre que sea posible cocidas y no crudas.



DIETA HIPOPROTEICA.

Varían en función del estadio del paciente. Se recomienda una restricción moderada de la ingesta de proteínas en paciente con diálisis, la ingesta debe de ser mayor para compensar el carácter catabólico de la técnica. La OMS determinó que la ingesta proteica mínima para mantener un balance proteico equilibrado es de 0.6 gr/Kg/día.

Se estima que la dieta Hipoproteica retrasa la progresión de la IRC en aproximadamente 0,5 mL/min/año.

DIETA HIPERPROTEICA.

Es aquella en la cual se exceden las recomendaciones establecidas para los requerimientos diarios de proteínas. Con un consumo de 0,8 g/kg/día de proteínas.

Esta dieta generan una cantidad importante de ácidos, principalmente en forma de sulfatos y fosfatos.

La regulación del pH sanguíneo es esencial para los procesos metabólicos de control enzimático, así como también para mantener la estructura y la función de las proteínas.



DIETA HIPO SÓDICA.

El consumo actual de sal en nuestro país oscila entre 10 y 15 g día, siendo aun una cantidad muy alta.

Son muy utilizadas en terapéutica.

Se da esta dieta a personas con hipertensión arterial o edema.

Se deben de excluir los alimentos con sal y sodio y sobre todo la sal.

Clasificación: Hiposódica estándar. Contiene de 1500 a 3000 mg de Na [error del 20 %].

Hiposódica estricta. Contiene de 600 a 1000 mg de Na.

Hiposódica núm. 3 [severa]. Contiene de 200 a 400 mg de Na.

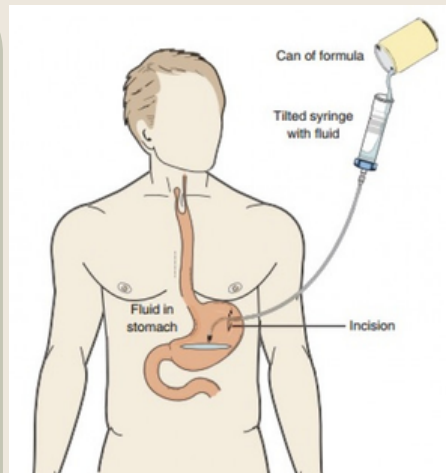
NORMAS PRÁCTICAS EN ALIMENTACIÓN ENTERAL.

Se efectúa a través del tubo digestivo, se trata de la nutrición enteral. La nutrición enteral consiste en la administración por vía digestiva de alimentos especiales, llamados dietas enterales.

Los alimentos empleados para la NE deben presentarse en forma líquida, homogénea, sin grumos, y con un grado de viscosidad

La alimentación por sonda hace referencia a un sistema de administración.

Las dietas «peptídicas» son aquellas dietas casi elementales en las que los aminoácidos han sido sustituidos por péptidos pequeños, y los monosacáridos por los oligosacáridos.



BIBLIOGRAFÍA:

**UNIVERSIDAD DEL SURESTE (2023)
ANTOLOGÍA PLANEACIÓN DIETETICA.**