

UDS
**UNIVERSIDAD DEL
SUERESTE**

PLANEACION DIETETICA

LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

"SUPERNOTA"



**PROFESORA: DANIELA MONSERRAT MENDEZ
GUILLEN**

ALUMNO: GERARDO HUMBERTO AGUILAR CRUZ



CUATRIMESTRE 2

**NOMBRE DE LA UNIDAD:
DIETAS TERAPEUTICAS BASICAS**

UNIDAD: IV

**DIETA HÍDRICA, LÍQUIDA Y
BLANDA. CONCEPTO.
BASES DIETÉTICAS.
ALIMENTOS A UTILIZAR.**

DIETA TERAPÉUTICA

ES UNA CIERTA DISCIPLINA ALIMENTARIA A LA QUE DEBERÁ SOMETERSE EL SUJETO A QUEEN VA DIRIGIDA.



DIETOTERAPIA

PARTE DE LA DIETÉTICA QUE ESTUDIA LAS DIETAS TERAPÉUTICAS.



**INTRODUCCIÓN A LAS
DIETAS LÍQUIDAS**

POR ALIMENTOS DE TEXTURA LÍQUIDA A TEMPERATURA AMBIENTE, CUYO OBJETIVO ES APORTAR FLUIDOS Y ELECTROLITOS A INDIVIDUOS QUE PRESENTAN UNA ENFERMEDAD RECIBIENDO UNA MINIMA ESTIMULACIÓN GASTROINTESTINAL



DIETA HÍDRICA.

ÚNICAMENTE SE PERMITE EL AGUA, PUEDEN SER COMPLETAS O INCOMPLETAS SEGÚN QUE PROPORCIONEN LA TOTALIDAD DE LOS NUTRIENTES Y ENERGÍA QUE PRECISA UN PACIENTE O ÚNICAMENTE UNA PARTE.



LA DIETA SEMILÍQUIDA

ES UN PASO INTERMEDIO ENTRE LA DIETA LÍQUIDA Y LA BLANDA. EN ELLA SE PERMITEN SIEMPRE SEGÚN EL DIAGNÓSTICO, ADÉMÁS DE LOS ALIMENTOS LÍQUIDOS, OTROS DE TEXTURA BASTANTE FLUIDA, TIPO FLAN, YOGUR O DISTINTOS PURÉS. LOS HUEVOS PASADOS POR AGUA Y LA MANZANA COCIDA SON ALIMENTOS TÍPICOS DE ESTA DIETA.



NUTRICIÓN

LA DIETA TRITURADA



ES UNA DIETA SEMI-LÍQUIDA EN LA QUE LOS ALIMENTOS SE PRESENTAN EN FORMA DE PURÉ. EN ELLA LAS VERDURAS, CARNES Y OTROS, HAN SIDO DESMENUZADOS, EN GENERAL CON AYUDA DE UNA BATIDORA ELÉCTRICA.

¿A QUIEN VA DIRIGIDA LA DIETA TRITURADA?

ALGUNOS PACIENTES QUE NO TIENEN PIEZAS DENTARIAS, BIEN POR PADECER UNA ENFERMEDAD QUE LES IMPIDE MASTICAR. SE PERMITEN LOS ALIMENTOS LÍQUIDOS EXCEPTO EN EL CASO DE LOS ENFERMOS NEUROLÓGICOS QUE SUFREN ALTERACIÓN PARCIAL DE LA DEGLUCIÓN, A LOS QUE NO DEBE OFRECERSELES LÍQUIDOS POR LA FACILIDAD CON QUE PASAN A SU VÍA RESPIRATORIA



DIETA BLANDA



EN ELLA LOS ALIMENTOS DEBEN POSEER, COMO INDICA SU NOMBRE, UNA TEXTURA SUAVE, BLANDA. PERO, ADEMÁS, DEBEN ESTIMULAR POCO EL APARATO DIOESTIVO, SIENDO DE DIOESTIÓN FÁCIL.

MODALIDADES DE LA DIETA BLANDA

*BLANDA DE LA ÚLCERA GASTRODUODENAL, DEL POSTOPERATORIO NO DIOESTIVO

*DIETA BLANDA DE PROTECCIÓN DENTAL O DE MASTICACIÓN FÁCIL ÚNICA VARIEDAD DE DIETA BLANDA EN LA QUE SE PUEDEN INCLUIR QUESOS, FRITOS, HELADOS



LAS DIETAS DE FÁCIL DIOESTIÓN



DEPENDE DEL DIAGNÓSTICO DEL PACIENTE, Y PUEDE SER UNA DIETA ADECUADA A LA ÚLCERA GÁSTRICA, A LA PATOLOGÍA BILIAR, CON POCa FIBRA VEGETAL, O DE FÁCIL DIOESTIÓN EN GENERAL.

SUS ALIMENTOS TÍPICOS SON LAS SOPAS, LA VERDURA HERVIDA CON PATATA, LA CARNE O PESCADO A LA PLANCHA, LAS ENSALADAS SENCILLAS Y LA FRUTA CRUDA.

LA DIETA BASAL

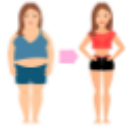
ES LA DIETA NORMAL, INDICADA EN UN PACIENTE HOSPITALIZADO QUE NO PRECISA UNA DIETA TERAPÉUTICA. NO DEBE DE CONTENER ALIMENTOS QUE CAUSEN FLATULENTOS O DE DIOESTIÓN DIFÍCIL, QUE PUEDEN OCASIONAR TRASTORNOS EN UNA PERSONA QUE COMO MÍNIMO ESTÁ EN REPOSO EN UNA HABITACIÓN



NUTRICIÓN

DIETA HIPOCALÓRICA. CONCEPTO. BASES DIETÉTICAS. ALIMENTOS A UTILIZAR.

DIETA HIPOCALÓRICA



ES AQUELLA QUE APORTA MENOS DE 800 KCAL/DÍA CON EL OBJETIVO DE MAXIMIZAR LOS RESULTADOS DE LA RESTRICCIÓN CALÓRICA EN EL TRATAMIENTO DEL EXCESO PONDERAL. GENERA UNA MÁXIMA PÉRDIDA RAPIDA DE PESO (GRASA CORPORAL)

COMPOSICIÓN DE LA DIETA

EL CONTENIDO PROTEICO DEBE REPRESENTAR ENTRE EL 25 Y EL 50%
O. L. A ENERGÍA OBTENIDA DE LAS GRASAS NO DEBE SER SUPERIOR AL 30%
EL CONTENIDO EN FIBRA ALIMENTARIA DEBE SER DE 10 A 30 G Y DEBEN APORTARSE EL 100% DE LAS CANTIDADES DIARIAS RECOMENDADAS DE VITAMINAS Y MINERALES



SE CARACTERIZAN:



PROTEINA

POR TRATAR DE COMPENSAR LAS PÉRDIDAS NITROGENADAS DEL CUERPO, POR LO QUE SUELEN SER HIPERPROTEICAS Y POCOS EN LÍPIDOS E HIDRATOS DE CARBONO.
EN UNA DIETA HIPOCALÓRICA SE SITUa EN MÁS DE 1.800 KCAL POR DÍA

¿PUEDE CAUSAR DAÑO?

UNA DIETA HIPOCALÓRICA SIEMPRE CREA UN DAÑO, QUE PUEDE SER TOLERABLE SI SU DURACIÓN ES BREVE Y QUE PUEDE LLEGAR A SER MUY GRAVE SI LA DURACIÓN ES INDEFINIDA.



NUTRICIÓN

DIETA HIPERCALÓRICA. CONCEPTO. BASES DIETÉTICAS. ALIMENTOS A UTILIZAR



DIETA HIPERCALÓRICA

A NO ES SÓLO UNA DIETA ALTA EN CALORÍAS S. ES UNA DIETA PENSADA PARA LOGRAR UN AUMENTO DE PESO, MEJORANDO LA CALIDAD Y CANTIDAD DE LO QUE SE COME. NORMALMENTE SE UTILIZA PARA AUMENTAR MASA MUSCULAR

CARACTERÍSTICAS DE UNA DIETA HIPERCALÓRICA

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
INGERIR ALIMENTOS QUE PROVEAN DE VITAMINAS
CONSUMIR ALIMENTOS ALTOS EN FIBRA
NO SE RECOMIENDA INGERIR AL INICIO DE LAS COMIDAS ENSALADAS O SOPAS, YA QUE DISMINUYEN EL APETITO
LAS GRASAS CRUDAS SE DIGIEREN MEJOR QUE SI LAS SOMETEMOS A ALOÚN TIPO DE COCCIÓN



OTRAS RECOMENDACIONES

EN MUCHOS CASOS SUELE INCLUIRSE ALOÚN SUPLEMENTO DIETÉTICO COMO BEBIDAS O PRODUCTOS HIPERCALÓRICOS DE FÓRMULA PARA ENRIQUECER LAS COMIDAS
CONVIENE INCLUIR LOS LÁCTEOS ENTEROS
LAS LEGUMBRES GRANDES SON DIFÍCILES DE DIGERIR, OPTA POR LAS LENTEJAS O TOMADAS EN PURÉS TIPO HUMUS
LA TEMPERATURA DE LOS ALIMENTOS QUE SE INGEREN NO DEBEN SER MUY ALTAS, CUANTO MÁS CALIENTE MÁS PODER SACIANTE

NUTRICIÓN

DIETA HIPOPROTEICA. CONCEPTO. BASES DIETÉTICAS. ALIMENTOS A UTILIZAR



DIETA HIPOPROTEICA

LA DIETA HIPOPROTEICA 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.

RESTRICCIÓN DE PROTEÍNAS EN LA ENFERMEDAD RENAL CRÓNICA.

EL RIÑÓN ES LA VÍA NATURAL DE ELIMINACIÓN DE LOS PRODUCTOS NITROGENADOS. ESTO SE SE ELIMINA PRINCIPALMENTE POR VÍA RENAL, EN FORMA DE UREA.



CARACTERÍSTICAS

LA OMS DETERMINÓ QUE LA INGESTA PROTEICA MÍNIMA PARA MANTENER UN BALANCE PROTEICO EQUILIBRADO ES DE 0,8 GR/KG/DÍA



RECOMENDACIONES EN DIÁLISIS

DADO EL CARÁCTER CATABÓLICO DE LA TÉCNICA, LAS RECOMENDACIONES DE INGESTA PROTEICA EN EL PACIENTE EN DIÁLISIS, SON ALOÚMÁS ELEVADAS QUE EN LA POBLACIÓN GENERAL. REQUERIMIENTOS PROTEICOS DEL PACIENTE E 1,1-1,2 GR/KG DE PESO IDEAL/DÍA



NUTRICIÓN

DIETA HIPERPROTEICA. CONCEPTO. BASES DIETÉTICAS. ALIMENTOS A UTILIZAR



DESVENTAJAS

EL CONSUMO EXCESIVO DE PROTEÍNAS PRODUCE UN INCREMENTO EN LA EXCRECIÓN NETA DE ÁCIDOS, LO CUAL A SU VEZ AUMENTA LA EXCRECIÓN URINARIA DE CALCIO. LA DEFICIENCIA DE ESTAS BASES DE POTASIO EN LA DIETA AUMENTA LA CARGA ÁCIDA SISTÉMICA PRODUCIDA POR LAS PROTEÍNAS.

¿QUE ES LA DIETA HIPERPROTEICA?

UNA DIETA HIPERPROTEICA ES AQUELLA EN LA CUAL SE EXCEDEN LAS RECOMENDACIONES ESTABLECIDAS PARA LOS REQUERIMIENTOS DIARIOS DE PROTEÍNAS. ACTUALMENTE SE ACEPTA QUE EL CONSUMO DE 0,8 g/kg/día DE PROTEÍNAS ES SUFICIENTE PARA CUBRIR LOS REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES DEL ADULTO NORMAL.



EDADES PEDIÁTRICAS



DICHOS REQUERIMIENTOS SON DE 2 g/kg/día HASTA LOS 3 MESES, 1,4 g/kg/día ENTRE 3 Y 6 MESES, 1,2 g/kg/día ENTRE 6 Y 12 MESES Y 1 g/kg/día EN MAYORES DE 1 AÑO.

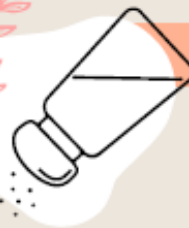
EN NIÑOS ESCOLARES

(7-10 AÑOS DE EDAD), LOS REQUERIMIENTOS PROTEICOS DISMINUYEN A 0,76-0,77 g/kg/día, MUY CERCANOS A LOS RECOMENDADOS EN LOS ADULTOS.



NUTRICIÓN

DIETA HIPO SÓDICA. CONCEPTO. BASES DIETÉTICAS. ALIMENTOS A UTILIZAR.



DIETA CONTROLADA EN SODIO

LAS DIETAS CONTROLADAS EN SODIO, POR SER MUY UTILIZADAS EN TERAPÉUTICA SE UTILIZA PARA EL TRATAMIENTO SINTOMÁTICO DE LOS EDEMAS, PROBLEMAS DE HIPERTENSION.

APORTE DE SODIO Y RECOMENDACIONES.

LAS RECOMENDACIONES SE ESTIMAN ENTRE 2000 Y 4000 MG AL DÍA. TENEENDO EN CUENTA LAS PÉRDIDAS DE NA POR ORINA, HECE, PIEL Y TRANSPIRACIÓN SUMAN UN TOTAL DE 1000 A 1500 MG.



CLASIFICACIÓN.

HIPOSÓDICA ESTÁNDAR. CONTIENE DE 1500 A 3000 MG DE NA

HIPOSÓDICA ESTRUCTA. CONTIENE DE 600 A 1000 MG DE NA

HIPOSÓDICA NÚM. 3 (SEVERA). CONTIENE DE 200 A 400 MG DE NA.



NUTRICIÓN

NORMAS PRÁCTICAS EN ALIMENTACIÓN ENTERAL

LOS PACIENTES HOSPITALIZADOS

DEBEN SER ALIMENTADOS «DE OTRA MANERA», MEDIANTE UN TIPO DE ALIMENTACIÓN DISTINTA A LA QUE SUPONE UNA DIETA. ESTE MÉTODO DISTINTO SE DENOMINA ALIMENTACIÓN ARTIFICIAL.

COMO SE LLEVA ACABO LA ALIMENTACION ARTIFICIAL

SE EFECTÚA A TRAVÉS DEL TUBO DIGESTIVO SE TRATA DE LA NUTRICIÓN ENTERAL SI DEBE EFECTUARSE POR VÍA ENDOVENOSA, NUTRICIÓN PARENTERAL. LA NUTRICIÓN ENTERAL CONSISTE EN LA ADMINISTRACIÓN POR VÍA DIGESTIVA DE ALIMENTOS ESPECIALES, LLAMADOS DIETAS ENTERALES, QUE EL PACIENTE RECIBE EN GENERAL A TRAVÉS DE UNA Sonda DE ALIMENTACIÓN, AUNQUE EN OCASIONES PUEDE HACERSE POR VÍA ORAL.



NUTRICIÓN

APARTADO: BIBLIOGRAFIA

UNIVERSIDAD DEL SURESTE (2022) ANTOLOGIA PARA PLANEACION DIETETICA (78 A LA 92)

