

**Nombre de alumno: Diana Isabel
García Guillén.**

**Nombre del profesor: Daniela
Montserrat Méndez Guillén.**

Nombre del trabajo: Super nota.

Materia: Planeación dietética.

Grado: 2°

Grupo: A



DIETAS TERAPÉUTICAS BÁSICAS

DIETA HÍDRICA, LÍQUIDA

Dieta compuesta por alimentos de textura líquida, cuyo objetivo es aportar fluidos y electrolitos.

INDICACIONES

- Indicado a pacientes con mínima estimulación intestinal.
- Px post operatorios o que requieren una mínima producción de materia fecal.
- Cada patología tiene una dieta líquida específica.



ALIMENTOS PERMITIDOS

- Agua.
- Jugos de frutas sin pulpa
- Consomé transparente, sin grasa, como caldo.
- Gelatina
- Alimentos obtenidos añadiendo agua a preparados comerciales.



DIETA SEMILÍQUIDA

Paso intermedio entre la dieta líquida y la blanda. Se permiten además de los alimentos líquidos, otros de textura bastante fluida, tipo flan, yogur o distintos purés.



DIETA BLANDA

Los alimentos deben poseer, una textura suave, blanda. y deben estimular poco el aparato digestivo, siendo de digestión fácil. (



DIETA HIPOCALÓRICA

Aporta menos de 800 kcal/día., el objetivo es conseguir una máxima pérdida rápida de peso a expensas básicamente de la masa grasa.

INDICACIONES

- La distribución de macronutrientes debe ser : Proteína entre el 25 y el 50%, lípidos no superior al 30%.
- Fibra alimentaria de 10 a 30 gr.
- 100% de vitaminas y minerales.

ALIMENTOS PERMITIDOS

- Carnes magras
- Frutas y verduras.
- Café, té, infusiones.
- Lácteos desnatados.



DIETA HIPERCALÓRICA

Aumento de calorías, generalmente tiene un aporte entre 300 y 3500 kcal. Utilizada para aumentar masa muscular y peso. Se debe iniciar gradualmente para evitar malestares digestivos.

INDICACIONES

- Delgadez.
- Alimentación deficientes.
- Procesos de catabolismo.
- Excesiva actividad física.
- Aumento de volumen.



ALIMENTOS PERMITIDOS

- Alimentos de fácil digestión pero que aportan muchas calorías (Frutos secos, aceites vegetales)
- Lácteos enteros.
- Carnes blancas y huevos enteros.
- Patatas, cereales y arroz.
- Frutas y verduras.

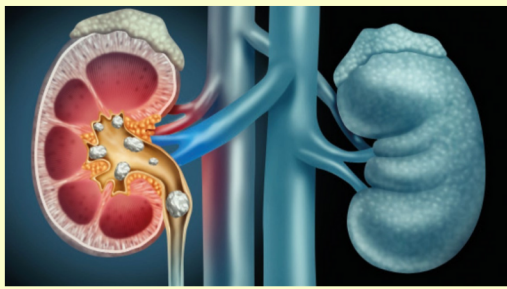


DIETA HIPOPROTÉICA

Las recomendaciones de ingesta proteica varían en función del estadio del paciente. Usualmente la ingesta es menor de 0.6gr/kg.

INDICACIONES

- Enfermedad renal crónica.
- Nefropatía diabética.
- Fenilcetonuria y homocistinuria.
- Dialisis y hemodialisis.



ALIMENTOS PERMITIDOS

- Todas las frutas, excepto las frutas secas
- Todas las verduras, excepto guisantes, frijoles y maíz
- Muchas fuentes de grasas saludables.
- Hierbas y especias
- Pan, cereales, pasta.



DIETA HIPEROTÉICA

Es aquella en la cual se exceden las recomendaciones establecidas para los requerimientos diarios de proteínas. El aporte va de 1.2 a 2 gr de proteínas/kg.

INDICACIONES

- Pacientes con desnutrición energético - protéica.
- Estados febriles e infecciosos.

- Ganancia muscular.
- Es muy importante tener precaución ya que podría existir un daño a los riñones.

ALIMENTOS PERMITIDOS

- Todos los lácteos.
- Clara de huevo, carnes magras.
- Leguminosas y cereales.
- Todas las frutas y verduras.
- Grasas y azúcares,
- Evitar bebida alcohólicas.

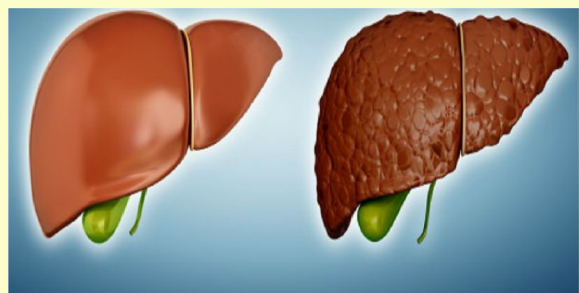


DIETA HIPOSÓDICA

Es una dieta controlada en sodio, la restricción debe basarse en la gravedad de la enfermedad. La ingesta de sodio normalmente es **4 gr** (normal), **2 gr** (restricción ligera), **1 gr** (restricción moderada), **500 mg** (restricción estricta), **250 mg** (restricción intensa).

INDICACIONES

- Cirrosis
- Enfermedades cardíacas
- Edema
- Enfermedades renales.
- HAS.



ALIMENTOS NO PERMITIDOS

- Embutidos
- Sal de mesa
- Enlatados
- Mariscos
- Ahumados
- Aguas minerales.



NORMAS PRÁCTICAS EN ALIMENTACIÓN ENTERAL.

DEFINICIÓN

Se trata de una técnica de soporte en el cual se introducen en el organismo los diferentes nutrientes que el paciente puede precisar, utilizando generalmente una sonda.

INDICACIONES

- Indicada como soporte nutricional
- Para pacientes que tienen imposibilitada la vía natural para consumo de alimentos.
- Deben contener un valor nutrimental completo.



TIPOS DE NUTRICIÓN ENTERAL

• FÓRMULA INDUSTRIALIZADA

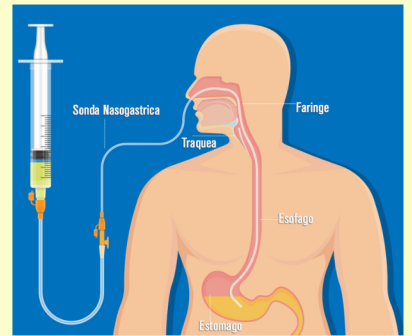


• FÓRMULA ARTESANAL



VÍAS DE ACCESO DE LAS SONDAS DE ALIMENTACIÓN

- **Sonda nasogástrica** . La vía de entrada es uno de los orificios nasales, desde donde se hace progresar la sonda hasta la cavidad gástrica.
- **Sonda naso-gastro-duodenal y naso-gastro-yeyunal** es una variedad de la anterior en la que el extremo distal queda situado en el interior del duodeno o del yeyuno.
- **Sonda de gastrostomía** la sonda se introduce en la cavidad gástrica a través de una incisión quirúrgica de la pared abdominal.
- **Sonda de yeyunostomía** es un método muy utilizado para nutrir al enfermo tras ciertas intervenciones quirúrgicas. La sonda queda situada en el interior de las primeras asas yeyunales.
- **Faringostomía, esofagostomía** métodos poco utilizados, en los que la sonda se introduce, tras la correspondiente incisión y disección cervical o supraclavicular, a través de la faringe o el esófago, hasta llegar al estómago.



Bibliografía:

- Universidad del sureste (2023). Planeación dietética, segundo cuatrimestre. Comitán de Domínguez, Chiapas.