

01 de abril del 2023

## UNIDAD IV

# PLANEACIÓN DIETÉTICA

● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ●

## DIETAS TERAPÉUTICAS BÁSICAS



PROFESORA: DANIELA MONSERRATH MÉNDEZ GUILLÉN.

ALUMNA: MIRIAM ALEJANDRA GARCÍA ALFONZO.

# DIETAS TERAPÉUTICAS BÁSICAS

## UNIDAD IV

Las dietas terapéuticas son utilizadas mayormente en muchos procesos patológicos y por causa la alimentación del px debe cambiar.

### 4.1 DIETA HÍDRICA, LÍQUIDA Y BLANDA

#### DIETA LÍQUIDA

Alimentos de textura líquida, es utilizada con px con problemas intestinales ya que es de fácil digestión.



#### DISTRIBUCIÓN

Carbohidratos:  
91%.

Proteínas:  
9%

Lípidos: 0%

#### ALGUNOS ALIMENTOS

Huevo pasado por agua

Manzana cocida

Yogurt, flan o purés



#### DIETA SEMILÍQUIDA

Intermedio entre la dieta líquida y la blanda. Los alimentos se permiten con una textura suave como puré.

#### DIETA BLANDA

Alimentos de textura suave o blanda ya que debe ser de fácil digestión. Están indicadas en varios procesos médicos y quirúrgicos



#### ALIMENTOS ✓

Sopas, verduras cocidas, pescado a la plancha, frutas y enlasadas sencillas

#### ALIMENTOS ✗

Vegetales crudos, cereales completos o guisos.

### 4.2 DIETA HIPOCALÓRICA

#### DISTRIBUCIÓN

Proteínas: 25-50 %

Lípidos: <30 %

Fibra: 10-30%

Vitaminas y minerales:  
25-50 %

CH: 90 g/día

Agua: 2 L/día



Aporta menos de 800 kcal/día, con el objetivo de bajar de peso.

### 4.3 DIETA HIPERCALÓRICA



Dieta para aumentar de peso, mejorando la calidad y cantidad de alimentos ingeridos.



#### CARACTERÍSTICAS

No olvidar comidas, ingerir alimentos ricos en vitaminas, consumo de lácteos enteros y carnes, etc.



## 4.4 DIETA HIPOPROTEÍCA

### INGESTA

0,6 gr/kg/día de Proteína



Reducción de la ingesta de proteína para personas con problemas en los riñones.

## 4.5 DIETA HIPERPROTEÍCA

### INGESTA

1,5-2 gr/kg/día de Proteína

### INDICACIONES

Para personas con enfermedades catabólicas como hipertiroidismo.

Dieta en la que se excede la ingesta de proteína recomendada.



En esta dieta se permite casi todos los alimentos.

## 4.6 DIETA HIPOSÓDICA

### NIVELES

- 4 g/día - normal.
- 2 g/día - restricción ligera.
- 1 g/día restricción moderada.
- 500 mg/día restricción estricta.
- 250 mg/día restricción intensa.



Dieta baja en sodio para pacientes con hipertensión o edema.

### RECOMENDADA:

- EDEMA.
- Cirrosis.
- HAS.
- E. renales.
- Afecciones cardiacas.

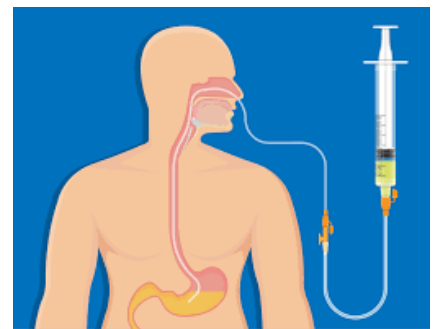
### ALIMENTOS NO PERMITIDOS

- Sal de mesa.
- Enlatados.
- Embutidos.
- Mariscos.
- Etc.



## 4.7 NORMAS PRÁCTICAS EN ALIMENTACIÓN ENTERAL

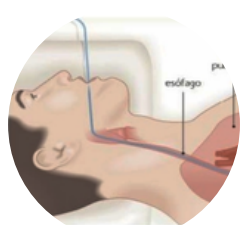
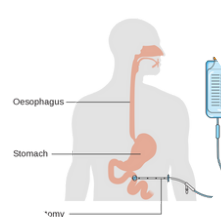
Los alimentos empleados para la NE deben presentarse en forma líquida, homogénea, sin grumos, y con un grado de viscosidad tal que permita su paso a través de una sonda delgada, de 2 a 3,5 mm de diámetro interior.



La nutrición enteral debe proporcionar glúcidos, lípidos, proteínas, vitaminas, minerales y agua requeridos por el paciente.



### VÍAS



## BIBLIOGRAFÍA

Universidad del sureste.2023.Antología de Planeación Dietética.PDF.Pp 78-95.  
\*c962216590dec421978e56ad69594231-LC-LNU201 PLANEACIÓN DIETÉTICA.pdf (plataformaeducativauds.com.mx)