



PASIÓN POR EDUCAR

LICENCIATURA EN MEDICINA HUMANA

Nombre del catedrático:

Lic. Daniela Monserrat Méndez Guillen

Nombre del alumno:

Arturo Rodriguez Ramos

Tema de la actividad:

Dietas

Materia:

Nutrición

Grado:

Tercer Semestre

Grupo:

“A”

Comitán de Domínguez Chiapas a 5 de junio de 2023

Diets

Nombre de la dieta	En que consiste la dieta	Indicaciones de la dieta	Alimentos permitidos de la dieta	Alimentos no permitidos de la dieta
Dieta de líquidos	Una dieta líquida completa se compone de líquidos y alimentos que son normalmente líquidos y alimentos que se vuelven líquidos cuando están a temperatura ambiente.	La dieta líquida es indicada para: prevenir la deshidratación, facilitar la digestión y evitar atragantamientos en personas que no consiguen ingerir alimentos sólidos, solo se puede ingerir líquidos ya que es una dieta líquida.	Agua natural, carbonatada o saborizada, agregando una rueda de limón, hierbas y otros saborizantes, solo alimentos basados en líquidos para ingerirlos.	Todo alimento aquel que no sea líquido obviamente de ahí todo aquel que es líquido sea bienvenido para la dieta.
Dieta de líquidos completos o líquidos generales	Es una dieta específica que requiere todos los líquidos y semilíquidos pero ninguna forma de ingesta sólida.	Esta dieta es indicada para personas con dificultad para comer, masticar o tragar los alimentos, como en los casos de anorexia, enfermedad de Parkinson y esclerosis múltiple, y también para periodos post operatorios y preparación de exámenes.	Los alimentos permitidos en esta dieta incluyen cereales refinados y cocidos, caldos y sopas licuadas y coladas, bebidas, lácteos y derivados.	Todo lo que no es líquido no es bienvenido para esta dieta y estos determinados factores llevan a determinar hasta en alguno líquidos
Dieta de purés	Asegurar la ingestión de alimentos en pacientes con	Recomendada para personas que tienen dificultades para masticar, problemas dentales o de cavidad oral, problemas	Alimentos que se ofrecen en el Centro Médico ABC como parte de una Dieta de purés y	<ul style="list-style-type: none"> Verduras frescas enteras, verduras cocidas duras.

	problemas de masticación o de deglución.	esofágicos que no toleran los alimentos sólidos	papillas. Sopas licuadas. Consomé colados. Cremas de verduras. Purés de frutas y verduras. Leches. Yogurt. Malteadas. Jugos	<ul style="list-style-type: none"> • Fruta entera, fruta en lata • Pan, tortillas, tostadas • Quesos sólidos, requesón regular • Huevo revueltos, escalfados o estrellados
Dieta suave	La dieta suave provee una alimentación completa con alimentos sólidos de consistencia suave	Se utiliza en pacientes con cirugía de cabeza y cuello, con problemas dentales, de masticación o de deglución que no requieren de dietas picadas o en puré. También se emplea para personas con várices esofágicas.	Crema de arroz o maicena; Puré de papa, batata o camote, calabaza, chayota, zanahoria o plátano macho; Frutas trituradas con consistencia de puré, para ello se le debe retirar la piel y las semillas. ... Leche, yogur y quesos blancos bajos en grasa, como cottage o ricotta.	Lácteos grasosos, tales como la crema batida o el helado rico en grasa. Quesos fuertes, tales como el azul o el Roquefort. Verduras crudas y ensaladas.
Dieta blanda	Lo que se llama dieta blanda a nivel sanitario no es una dieta indicada para personas con problemas dentales sino una dieta que minimice el trabajo del sistema digestivo para digerirla.	La dieta blanda está indicada para enfermedades digestibles leves (úlceras pépticas y duodenales, hernia de hiato).	Crema de arroz o maicena; Puré de papa, batata o camote, calabaza, chayota, zanahoria o plátano macho; Frutas trituradas con consistencia de puré, para ello se le debe retirar la piel y las semillas.	Lácteos grasosos, tales como la crema batida o el helado rico en grasa. Quesos fuertes, tales como el azul o el Roquefort. Verduras crudas y ensaladas. Verduras que producen gases, tales como el brócoli, el repollo, la coliflor, el pepino, los pimientos verdes y el maíz. Frutas deshidratadas.

Dietas modificadas en el contenido de nutrientes

Dietas modificadas en contenido de nutrimentos Este tipo de dietas están prescritas o indicadas para pacientes con determinadas patologías donde se necesite modificar la cantidad de ingesta de ciertos nutrientes con la finalidad de contrarrestar algún efecto negativo en el cuerpo o coadyuvar en la recuperación.

Esta dieta se utiliza para tratar a pacientes que tienen dificultades para masticar o tragar alimentos sólidos o líquidos, la dieta debe tener un valor nutricional comparable al del menú basal en macro y micronutrientes.

Pescado con espinas blandas, como sardinas o salmón enlatados brócoli y hortalizas de hojas verdes naranjas almendras, nueces de Brasil y frijoles secos tofu productos con etiquetas que indican que se les ha agregado calcio, como algunos cereales, jugos de frutas y leche de soya.

pan y otros productos horneados, como panqueques, panecillos, galletas y pasteles alimentos procesados, incluso cereales para el desayuno, papas deshidratadas que se preparan instantáneamente, sopas, margarina, aderezos para ensaladas, y papas fritas y otros bocadillos carnes procesadas, como tocino, chorizo, salchichas y fiambres.

Dietas terapéuticas

Las dietas terapéuticas son adaptaciones dietéticas que se realizan a colectivos concretos o a personas con necesidades específicas, dependiendo de su historial médico concreto y de sus hábitos alimenticios y culturales

La dieta terapéutica debe ser equilibrada y contener nutrientes de todo tipo. Los cambios alimenticios deben ser progresivos y prudentes. La dieta debe ser positiva, evitando la prohibición. Las dietas terapéuticas también pueden ser utilizadas para controlar el peso corporal y luchar contra el envejecimiento

Pan integral. Verduras, hortalizas y frutas. Carne magra; Pescados azules y blancos. Leche y derivados lácteos descremados.

Se deben evitar el pan, las pastas y productos derivados del trigo, centeno y cebada. Se puede comer sin problemas alimentos frescos como carne, pescados, frutas, leche, huevos, arroz, maíz, etc.

Dieta hipoenergética o hipocalórico					
Dieta hiperenergetica					
Dieta bajo en hidratos de carbono					
Dieta bajo en hidratos de carbonos simples					
Dieta con alto contenido de fibra dietética					

Dieta con baja carga glucémica					
Dietas modificadas en residuo o fibra					
Dieta hiperlipídica					
Dieta cetogénica					
Dieta hipoproteica					
Dieta hiperproteica					
Dieta baja en purinas					

Diets modified in micronutrients					
Diet hypersodica					
Diet insuficiente					
Diet hiposodica					