



Mi Universidad

Nombre del Alumno Darío Antonio Hernandez Meza

Nombre del tema

Parcial; I I I I

Nombre de la materia; nutrición clínica

Nombre del profesor; Julieth Martínez Guillen

Nombre de la Licenciatura enfermería

Cuatrimestre 3

INTRODUCCION

en esta unidad habla de la dietoterapia hablaremos obre lo que son las formas de dietas que podemos seguir o podemos realizar cuando estemos enfermos o cuando tengamos algún paciente en rehabilitación o reposo

DIETOTERAPIA

ALIMENTACIÓN NORMAL

El plan de alimentación normal alude a la dieta correcta sin ninguna modificación en la preparación, y se refiere al conjunto de alimentos y platillos que se consumen a diario

Indicaciones: Se utiliza tanto en las personas sanas, como en las personas enfermas que por su patología no requieran ninguna modificación a su dieta. La alimentación normal se considera la base para modificar la alimentación baja en sodio (antes de agregar sal a la comida), con alto contenido de fibra (al elegir frutas, verduras, cereales integrales y leguminosas en su preparación), y así sucesivamente.

Adecuación nutricia: El plan de alimentación normal y correcto, si se consume en las cantidades recomendadas, contiene los nutrimentos en cantidades suficientes para cubrir las recomendaciones de los mismos en las personas en diferentes etapas de la vida (a excepción del hierro durante el embarazo) y en sujetos enfermos, cuya patología o tratamiento no han aumentado los requerimientos de algún nutrimento en específico.

ALIMENTACIÓN MODIFICADO EN CONSISTENCIA

Dieta de líquidos claros: La dieta de líquidos claros provee líquidos, electrólitos y energía en forma de alimentos de fácil digestión y proporciona un mínimo de residuo intestinal.

Indicaciones:

Se utiliza en el periodo posquirúrgico inmediato, en la preparación para examen de colon o cirugía de colon y en la diarrea aguda de corta duración

Alimentos recomendados: alimentos líquidos, infusiones, jugos de fruta colados, agua de fruta, nieve y paletas heladas

de agua, gelatina, caldo o consomé.

Dieta de líquidos generales: Provee líquidos, energía, proteínas, lípidos e hidratos de carbono en alimentos de fácil

digestión (salvo en personas intolerantes a la lactosa) y proporciona un mínimo de residuo intestinal.

Indicaciones:

Se utiliza en un periodo de transición entre la alimentación de líquidos claros y la dieta suave en sujetos con alimentación mixta (parenteral y oral), con problemas de deglución y masticación o con problemas inflamatorios del aparato gastrointestinal.

Alimentos recomendados:

se conforma de alimentos como leche, yogurt natural, jocoque, huevo, cereales cocidos no integrales, verduras cocidas y coladas, sopas crema, caldos, consomé, crema, margarina, helado, gelatina, jugos colados, nieves y paletas de agua, infusiones,

Dieta de purés:

provee una alimentación completa, está basado en alimentos en puré de diferente consistencia

Indicaciones: Se utiliza en pacientes con dificultad para masticar pero que sí pueden tragar, o en pacientes con problemas esofágicos que no toleran alimentos sólidos pero no tienen problemas digestivos

Alimentos recomendados: consiste en alimentos que

se puedan presentar con esa consistencia, tales como sopas, caldos, consomés, leche, yogurt, queso derretido en salsa, jugos y purés de verduras colados, jugos y

néctares de frutas, cereales cocidos en puré, leguminosas en puré, puré de papa, arroz o pasta, carne o pescado, hígado, huevo tibio, mantequilla, margarina, aceite, nieve, helado, paleta helada, gelatina, azúcar, miel, jalea, especias y condimentos al gusto.

ALIMENTACIÓN MODIFICADO EN EL CONTENIDO DE NUTRIMENTOS.

Las dietas modificadas en energía o en otros nutrimentos específicos proveen los alimentos adecuados a la condición patológica y fisiológica del individuo.

Plan de alimentación hipo energético:

El plan de alimentación restringido en energía se utiliza para producir un balance energético negativo y en consecuencia una disminución de peso.

Plan de alimentación hiperenergético:

El plan de alimentación con un aumento en la recomendación de energía se utiliza para

lograr un balance energético positivo, de modo que el sujeto aumente de peso.

Plan de alimentación modificado en hidratos de carbono:

La alimentación baja en hidratos de carbono es una herramienta útil para el tratamiento de

diferentes patologías como enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), diabetes

mellitus (DM) y epilepsia.

Plan de alimentación modificado en el contenido de lactosa: La alimentación libre de lactosa se utiliza en personas que presenten: flatulencia, dolor abdominal y diarrea asociados a la ingestión de productos que contengan lactosa.

Plan de alimentación hipo proteínico: La ingesta de proteínas se debe controlar para prevenir el exceso de cata bolitos de nitrógeno en la sangre y lograr un balance de nitrógeno positivo o en equilibrio. Plan de alimentación hiperproteínico: La ingestión de proteínas en la dieta se debe aumentar cuando se requiere lograr un balance positivo de nitrógeno en pacientes hipercatabólicos o con pérdida masiva de proteínas por orina

NUTRICIÓN ENTERAL Y PARENTERAL

La alimentación enteral es una técnica de nutrición que representa una opción para alimentar al paciente que no quiere comer por razones patológicas o psicológicas, que no

puede comer la cantidad suficiente para cubrir sus necesidades nutrimentales o a quien no

le es posible utilizar la vía oral por la propia patología, pero tiene posibilidades de utilizar

el sistema digestivo.

La alimentación parenteral es otra opción para nutrir al paciente que no puede utilizar el

sistema digestivo y necesita recibir los nutrimentos a través de una vena central o periférica

DIETA Y CONTROL DE PESO

El sobrepeso se define como un peso que es 10 a 20% mayor del promedio. La obesidad

se define como grasa corporal excesiva, con un peso 20% por arriba del promedio.

El

peso bajo es 10 a 15% de peso por debajo del promedio.

El estándar médico usado para definir la obesidad es el índice de masa corporal (BMI). Se

usa para determinar si una persona está en riesgo para la salud por exceso de peso.

La distribución de grasa es otro indicador de posibles problemas de salud. La grasa en la

cavidad abdominal (grasa visceral) ha mostrado estar asociada con un mayor riesgo a la

hipertensión, la enfermedad cardíaca coronaria, la diabetes tipo 2 y ciertos tipos de cáncer

que la grasa en los muslos, los glúteos y el área de la cadera

DIETA Y DIABETES MELLITUS

Estos trastornos se

caracterizan por hiperglucemia (cantidades anormalmente grandes de glucosa en sangre). Es una de las principales causas de muerte; ceguera; cardiopatía y enfermedad

renal; amputaciones de los dedos de los pies, de los pies y las piernas; e infecciones.

Existen 3 tipos de diabetes

Diabetes tipo 1

Diabetes tipo 2

Diabetes Mellitus gestacional

DIETA Y ENFERMEDAD CARDIOVASCULAR

La enfermedad cardiovascular (CVD) afecta al corazón y los vasos sanguíneos.

- Obesidad abdominal
- Lípidos en sangre altos como triglicéridos altos, HDL bajos y LDL altos
- Presión arterial alta
- Resistencia a la insulina
- Proteína reactiva C altamente sensible en la sangre

A quienes se les diagnostica con síndrome metabólico tienen un mayor riesgo de padecer

cardiopatía coronaria, paro cardíaco, enfermedad vascular periférica y diabetes tipo 2.

DIETA Y PROBLEMAS GASTROINTESTINALES

Dispepsia:

La dispepsia, o indigestión, es una condición de incomodidad en el tracto digestivo que

puede ser de origen físico o psicológico

Esofagitis:

La esofagitis es provocada por el efecto irritante del reflujo gástrico ácido en la mucosa

del esófago. La acidez estomacal, la regurgitación y la disfagia (dificultad para tragar) son

síntomas comunes.

La hernia hiatal:

La hernia hiatales una condición en la que parte del estómago sobresale a través del

diafragma hacia la cavidad torácica

Terapia Nutricional:

Los síntomas a veces se pueden aliviar sirviendo comidas pequeñas y frecuentes (de una dieta bien balanceada) para que la cantidad de comida en el estómago nunca sea demasiada

CONCLUSION

En esta unidad hablamos de varios temas importantes como lo es los tipos de dietas lo que podemos hacer cuando estemos en rehabilitación incluso los métodos en los que podemos controlar nuestro peso nuestras enfermedades ya que a causa de una mala dieta podemos generar enfermedades como la diabetes la obesidad que la obesidad es una de las enfermedades más frecuentes en las personas que tenemos una mala dieta ya que no consideramos nuestro estado de salud.