

Nombre de la alumna: Shaila López Cruz

**Nombre de la profesora: Daniela Monserrat Mendez
Guillen**

Semestre: 2

Cuatrimestre: 3

Trabajo: Manual de dietas

Comitan De Dominguez, Chiapas.

Nombre de la dieta: Dieta líquidos generales

Consiste en:

La dieta de líquidos generales es una dieta transicional entre líquidos claros y una dieta blanda.

Esta dieta provee líquidos para el estado hídrico del cuerpo, tiene aporte de todos los macronutrientes (hidratos de carbono, proteínas y grasas) y proporciona mínimo residuo.

Indicaciones ; Para qué ?

Se utiliza también en un periodo de transición intestinal entre la alimentación de líquidos claros y la dieta blanda, en pacientes con alimentación mixta (parenteral y oral), con problemas de deglución y masticación o con problemas inflamatorios del aparato gástricointestinal.

Alimentos permitidos:

- - Verduras: todas las verduras en jugos, únicamente se deberán evitar todos los vegetales crudos o cocidos que no estén en jugos.
- Frutas: se recomiendan todas las frutas en jugo o en néctar, se deberá evitar que se coman frescas, congeladas o en pedazos.
- Lácteos: leche (con o sin lactosa) o lechada (almendras, soya, coco, arroz, quínoa).

Alimentos no permitidos

Es importante que todos los alimentos sean licuados o extraerles su jugo, no se deberá comer en pedazos o trozos. evitar todos los vegetales crudos o cocidos que no estén en jugos.

Nombre de la dieta:

Dieta parental

Consiste en:

Los pacientes pueda recibir nutrición artificial, la alimentación parental a través de una sonda insertada en una vena mediante la cual los nutrientes ingresan a la sangre directamente

Indicaciones ; Para qué ?

La nutrición parenteral (NP) puede ser utilizada en todo niño desnutrido o con riesgo de desarrollar desnutrición aguda o crónica para dar cobertura a sus necesidades nutricionales con el objetivo de mantener su salud y crecimiento, siempre que estas no logren ser administradas completamente por vía enteral

Alimentos permitidos:

- Es una mezcla de alimentación especial líquido que se provee a la sangre a través de una catéter. La mezcla contiene carbohidratos (azúcar, grasas, vitaminas y minerales como el calcio.

Alimentos no permitidos:

Nombre de la dieta:

Dieta hipocalorica

Consiste en:

Se basa en su contenido calórico y por tanto conceptualmente es posible la elaboración de una dieta muy baja en calorías basada en alimentos sin embargo su uso clínico más habitual consiste en formulaciones especiales.

Indicaciones ¿ Para qué ?

Las dietas hipocalóricas se siguen utilizando para conseguir pérdidas de peso en pacientes con problemas de sobrepeso u obesidad.

Alimentos permitidos:

- Se debe incluir todo tipo de alimentos, principalmente verduras hortalizas y frutas variadas, seguida de cereales integrales y fuente proteicas de calidad

Alimentos no permitidos:

- Nunca fritos, rebanadas empanadas o guisos con muchas salsas

Nombre de la dieta:

Dieta líquida

Consiste en:

Alimentos de textura líquida a temperatura ambiente, cuyo objetivo es aportar fluidos y electrolitos a individuos que presentan una enfermedad

Indicaciones ; Para qué ?

Cada patología puede tener una dieta líquida específica por ello el médico responsable del paciente debe concretar la indicación, dieta líquida para un ulceroso duodenal

Alimentos permitidos:

- Agua, caldo, diversas harinas familiarmente denominada papillas o preparadas comerciales de proteínas en polvo así como alimentos infantiles homogenizados de carne, pescado, fruta

Alimentos no permitidos:

- Ningún tipo de queso, fruta fresca, congelada ni enlatada carne ni cereales que no estén en la lista de aprobados

Nombre de la dieta:

Dieta blanda

Consiste en:

Los alimentos deben poseer una textura suave blanda pero además deben estimular poco el aparato digestivo, siendo de digestión fácil

Indicaciones ¿ Para qué ?

Están indicados en varios procesos médicos y quirúrgicos como postoperatorios, diversas patologías digestivas, síndrome febriles y otros.

Alimentos permitidos:

- Verduras cocidas, enlatados o congelados, papas, frutas enlatadas, puré de manzana, melón, jugos de frutas y de verduras

Alimentos no permitidos:

- Lácteos grasos, quesos fuertes, verduras crudas y ensaladas, verduras que producen gases tales como el brócoli, repollo, coliflor, pepino y el maíz

Nombre de la dieta:

Dieta hiposódica

Consiste en:

Es una dieta que controla la ingestión de sodio (Na) para mantener el estado de hidratación a fin de impedir la retención de líquidos

Indicaciones ; Para qué ?

Ayuda a disminuir la tensión arterial y minimiza el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares, accidentes cerebrovasculares e infartos de miocardio.

Alimentos permitidos:

- Leche, yogurt, carnes, pescados, huesos, legumbres, patatas, pasta, arroz, guisantes, fruta, verduras y aceite de oliva

Alimentos no permitidos:

Evitar alimentos precocidos, concentrados de carne, patatas, salsas comerciales y condimentos.

Nombre de la dieta:

Dieta hiperproteica

Consiste en:

Es aquella en la cual exceden las recomendaciones establecidas para los requerimientos diarios de proteínas

Indicaciones ; Para qué ?

Es idónea para aquellos que quieran perder peso, su objetivo es que las personas que la lleven a cabo pierdan grasa acumulada sin que se resienta la masa muscular

Alimentos permitidos:

Pestados, carnes bajas en grasa, huesos y jamón (preferiblemente de pavo)

Quso blancas o bajas en grasa, leche y yogures desnatados

Leche de almendra

Pepino rábano, berenjena , ajo y chayote

Alimentos no permitidos:

Los alimentos que se deben evitar en la dieta de la proteína son todas aquellas que son fuente de carbohidratos como cereales el pan, la pasta, el arroz, harinas, tubérculos como la yuca y todos los alientos que contengan azúcares

Nombre de la dieta:

Dieta hipoproteica

Consiste en:

Es una reducción de la ingesta proteica en la insuficiencia renal crónica para mejorar los síntomas críticos, reducir la producción de residuos procedentes del metabolismo de las proteínas.

Indicaciones ; Para qué ?

Las recomendaciones de ingesta proteica varían en función del estudio del paciente. Por lo tanto la dieta hipoproteica recomienda una restricción moderada de la ingesta de proteínas en paciente con diálisis la ingesta debe ser mayor para compensar el carácter catatónico de la técnica

Alimentos permitidos:

Frutas verduras, productos elaborados bajo en proteínas almidones tapioca, maicena, yuca, azúcares y grasas vegetales o animales

Alimentos no permitidos:

Deben evitarse alimentos naturales con alto contenido en proteínas como la leche y derivados carnes pescados, huesos, legumbres, mariscos y frutos secos.

Nombre de la dieta:

Dieta hipercalórica

Consiste en:

Es una dieta pensada para lograr un aumento de peso, mejorando la calidad y cantidad de lo que se come

Indicaciones ; Para qué ?

Normalmente se utiliza para aumentar masa muscular se necesita de una dieta de estas características, pero siempre se realiza bajo la supervisión de un profesional en su nutrición que valore tus necesidades personales y la necesidad energética del individuo.

Alimentos permitidos:

Alimentos que provocan de vitaminas, sobre todo del complejo b, calorías con poco volumen : frutas, aceites, vegetales, mantequilla, azúcares o miel, lácteo entero, fritas y verduras cocidas .

Alimentos no permitidos:

No se recomienda al inicio de las comidas ensaladas, sopas bebidas con gas

Nombre de la dieta:

Dieta semilíquida

Consiste en:

Se aplica la combinación de líquidos y alimentos ligeramente cremosos o suaves triturado suele ser aplicada de manera progresiva después de una cirugía para adaptar nuevamente el estómago del paciente

Indicaciones ¿ Para qué ?

Es aquella que aporta menos de 800 kcal/ día con el objetivo de maximizar los resultados de la restricción calórica en el tratamiento de exceso ponderal. Esto es conseguir una máxima pérdida rápida de peso a expensas básicamente de la masa magra

Alimentos permitidos:

Además de los alimentos líquidos otras de textura bastante fluida, tipo leche, yogures o distintos purés, los huesos pasados por agua y la manzana cocida son alimentos típicos de esta dieta

Alimentos no permitidos:

- 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.