



Manual

Nombre del Alumno: Fabiola Martínez Gamboa.

Nombre del tema: Manual de dietas.

Parcial: I

Nombre de la Materia: Nutrición clínica.

Nombre del profesor: Daniela Monserrat Méndez Guillen.

Nombre de la Licenciatura: Licenciatura En Enfermería General.

Cuatrimestre: 3° "B"

Lugar y Fecha de elaboración: Comitán de Domínguez Chiapas a 29 de julio del 2023.



NOMBRE DE LA DIETA: DIETA HIDRICA

CONSISTE EN: aportar electrolitos y fluidos que ejerzan poco estimulo sobre el tubo digestivo.

DIETA INDICADA: para pacientes postoperatorio o en la toma de algún estudio.

ALIMENTOS NO PERMITIDOS	ALIMENTOS PERMITIDOS
<ul style="list-style-type: none">+ Fruta+ Cereales+ Carnes+ Verduras+ Galletas+ Te+ Café+ Jugos	<ul style="list-style-type: none">+ Agua



NOMBRE DE LA DIETA: DIETA LIQUIDA

CONSISTE EN: está compuesta, como su nombre indica, por alimentos de textura líquida a temperatura ambiente, cuyo objetivo es aportar fluidos y electrolitos a individuos que presentan una enfermedad de base que sólo les permite realizar una dieta de textura líquida o recibir una mínima estimulación gastrointestinal.

DIETA INDICADA PARA: para pacientes con enfermedades como Parkinson, accidente vascular cerebral, post cirugía, y pacientes con tratamientos pre-operatorios.

ALIMENTOS NO PERMITIDOS	ALIMENTOS PERMITIDOS
<ul style="list-style-type: none">✚ Carnes✚ Fruta fresca✚ Verduras✚ Cereales✚ Galletas✚ Alimentos enlatados	<ul style="list-style-type: none">✚ Jugos✚ Te✚ Paletas de hielo✚ Agua✚ Caldos✚ Gelatina✚



NOMBRE DE LA DIETA: DIETA BLANDA

CONSISTE EN: comer alimentos de fácil digestión, bajos en fibra y grasa.

DIETA INDICADA PARA: tratar pacientes con síntomas de úlceras, acidez gástrica, y enfermedades gastrointestinales.

ALIMENTOS NO PERMITIDOS	ALIMENTOS PERMITIDOS
✚ Frijoles	✚ Cereales
✚ Lentejas	✚ Tortillas
✚ Chorizo	✚ Arroz
✚ Salchicha	✚ Purés
✚ Tocino	✚ Carne de res sin grasa
✚ Café	✚ Pollo
✚ Chocolate	✚ Atún en agua
✚ Frutos secos	✚ Pescado
✚ Carne de cerdo	✚ Huevo duro
✚ Galletas	✚ Chayote
✚ Queso manchego	✚ Durazno
✚ Atún en aceite	✚ Zanahoria cocida
✚ Pastel	✚ Agua natural
✚ Helado	✚ Te de manzanilla
✚ Empanadas	✚ Gelatina
✚ Leche en polvo	✚ Plátano
✚ Mantequilla	



NOMBRE DE LA DIATA: DIETA HIPOCALÓRICA

CONSISTE EN: más conocida por las siglas VLCD (very low calorie diet), es aquella que aporta menos de 800 kcal/día con el objetivo de maximizar los resultados de la restricción calórica en el tratamiento del exceso ponderal.

DIETA INDICADA PARA: pacientes que tienen obesidad o sobrepeso, factores de riesgo cardiovascular.

ALIMENTOS NO PERMITIDOS	ALIMENTOS PERMITIDOS
<ul style="list-style-type: none"> + Pan + Alcohol + Pastas + Arroz + Bebidas azucaradas + Frituras + Quesos + Leche + Yogur + Galletas + Chorizo + Salchicha + Cereales con azúcar + postres 	<ul style="list-style-type: none"> + Verduras + Hortalizas + Frutas + Cereales integrales + Pescado + Frutos secos + Pollo + Aceite de oliva + Queso sin sal + Huevos +



NOMBRE DE LA DIETA: HIPERCALORICA

CONSISTE EN: no es sólo una dieta alta en calorías. Es una dieta pensada para lograr un aumento de peso, mejorando la calidad y cantidad de lo que se come.

DIETA INDICADA PARA: aquellas personas que requieren subir de peso o ganar masa muscular.

ALIMENTOS NO PERMITIDOS	ALIMENTOS PERMITIDOS
<ul style="list-style-type: none"> + Salsas comerciales + Legumbres + Frutos secos + Lentejas + Chorizo + Uvas + Plátanos + Dulces + ENSALADAS + sopas 	<ul style="list-style-type: none"> + Arroz + Pollo + Pavo + Cordero + Pescado + Leche + Huevo + Carnes rojas + Yogur + Cacao + Quesos



NOMBRE DE LA DIETA: **DIETA HIPOPROTEICA**

CONSISTE EN: recomendar una restricción moderada de la ingesta de proteínas.

DIETA INDICADA PARA: paciente con diálisis, en la Enfermedad Renal Crónica.

ALIMENTOS NO PERMITIDOS	ALIMENTOS PERMITIDOS
<ul style="list-style-type: none"> ✚ Leche ✚ Carnes ✚ Pescado ✚ Huevo ✚ Legumbres ✚ Mariscos ✚ Frutos secos 	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Cereales ✚ Pan ✚ Arroz ✚ Harinas ✚ Leche de vegetales ✚ Queso vegano ✚ Verduras ✚ Alcachofas ✚ Coles ✚ Berenjena ✚ Rábano ✚ Champiñones ✚ Tomate ✚ Aguacate

Dietas Hiperproteicas



NOMBRE DE LA DIETA: DIETA HIPERPROTEICA

CONSISTE EN: es aquella en la cual se exceden las recomendaciones establecidas para los requerimientos diarios de proteínas.

DIETA INDICADA PARA: personas que quieren perder peso, prevenir enfermedades coronarias o mejorar la resistencia a la insulina.

ALIMENTOS NO PERMITIDOS	ALIMENTOS PERMITIDOS
<ul style="list-style-type: none">+ Pastas+ Arroz+ Pan	<ul style="list-style-type: none">+ Carne baja en grasa+ Leche+ Pescado+ Jamón+ Jamón de pavo+ Quesos blancos+ Yogur desnatado



NOMBRE DE LA DIETA: **DIETA HIPOSÓDICA**

CONSISTE EN: Es una dieta que controla la ingestión sodio para mantener el estado de hidratación a fin de impedir la retención de líquidos.

DIETA INDICADA PARA: pacientes con hipertensión arterial, insuficiencia cardiaca, insuficiencia hepática, insuficiencia renal.

ALIMENTOS NO PERMITIDOS	ALIMENTOS PERMITIDOS
<ul style="list-style-type: none"> ✚ Agua mineral ✚ Sal de cocina ✚ Sopas ✚ Mostaza ✚ Salsa de soya ✚ Mantequilla ✚ Manteca ✚ Conservas ✚ Lasaña ✚ ketchup 	<ul style="list-style-type: none"> ✚ fruta ✚ verdura ✚ jamón bajo sal ✚ aceite de oliva ✚ legumbres ✚ arroz ✚ huevos ✚ pescado ✚ requesón ✚ cuajada

NORMAS PRÁCTICAS EN ALIMENTACIÓN ENTERAL Y PARENTERAL.

TIPOS DE NUTRICIÓN PARA LA 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.

En cualquier caso, el preparado de NE debe proporcionar los glúcidos, lípidos, proteínas, vitaminas, minerales y agua requeridos por el paciente.

PUEDEN SER UTILIZADOS LOS SIGUIENTES, QUE SE MEZCLARÁN CONVENIENTEMENTE CON AGUA:

- Fuentes de hidratos de carbono: sacarosa, útil sólo para endulzar, ya que tiene el inconveniente de aumentar la osmolaridad de la suspensión que la contiene. Harinas dextrinomalteadas, del tipo de las que se utilizan en alimentación infantil. Oligosacáridos, compuestos de 8–10 moléculas de glucosa y que tienen la ventaja sobre las dextrinomaltosas que con el paso del tiempo no espesan el medio líquido que los contiene.
- Fuentes de proteínas: carnes o pescados homogeneizados, tal como se encuentran en los tarritos de alimentación infantil. Leche, prefiriéndose la desnatada, que no forma grumos. Proteínas en polvo comerciales.

ALIMENTOS ESPECIALES PARA NE.

La industria farmacéutica produce alimentos especiales para NE. Son productos en polvo o en estado líquido. La mayoría se presentan con una proporción de glúcidos, proteínas y lípidos de acuerdo con la alimentación equilibrada; es decir, los glúcidos proporcionan el 50 % o poco más de la energía total, los lípidos entre el 30 y el 35 %, y las proteínas el resto.

BIBLIOGRAFIA

• [Dieta hiposódica - Centro Médico ABC \(centromedicoabc.com\)](http://centromedicoabc.com)

• <https://www.tuasaude.com/es/dieta-hiperproteica>

Antología de nutrición clínica