



**Nombre del Alumno: YASELI CRUZ GIRÓN**

**Nombre del tema: DIETAS TERAPÉUTICAS BÁSICAS**

**Parcial: II**

**Nombre de la Materia: NUTRICIÓN CLÍNICA**

**Nombre del profesor: LIC. DANIELA MONSERRAT MÉNDEZ  
GUILLEN**

**Nombre de la Licenciatura: ENFERMERÍA**

**Cuatrimestre: III**

Nombre de la dieta: **dieta líquida.**

En que consiste: **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.**

**Indicaciones: indicada a las personas que necesitan muy poca estimulación gastrointestinal o que estén pasando de la alimentación parental a la oral. Está compuesta por alimentos líquidos a una temperatura ambiental, por ejemplo, un caldo.**

Alimentos permitidos	Alimentos no permitidos
 agua	 vegetales crudos
 Ponche de huevo	 queso
 jugo de fruta sin pulpa	 cereales sólidos
 caldo de sopa	 carne
 leche	 Bebidas con cafeína


Nombre de la dieta: **dieta semilíquida.**

En que consiste la dieta: **en la introducción de alimentos de textura líquida y pastosa. También por alimentos triturados. Es un paso intermedio entre la líquida y la blanda.**

Indicaciones:

- **Fase intermedia de postoperados.**
- **Función gastrointestinal moderadamente reducida.**
- **Dificultad de masticación y/o deglución.**





- **Dieta de transición entre la dieta líquida y la dieta blanda en postoperatorios.**

Alimentos permitidos	Alimentos no permitidos
Huevo pasado por agua 	Verduras crudas y ensaladas
Manzana cocida 	Brócoli
Flan 	Repollo
Yogurt 	Coliflor
atole 	pepino

Nombre de la dieta: **dieta blanda.**

En que consiste la dieta: **En ella los alimentos deben poseer, como indica su nombre, una textura suave, blanda. Pero, además, deben estimular poco el aparato digestivo, siendo de digestión fácil.**

Indicaciones: **procesos médicos y quirúrgicos, como postoperatorios, diversas patologías digestivas, síndromes febriles y otros.**






Alimentos permitidos	Alimentos no permitidos
Verduras cocidas 	Vegetales crudos
Papas 	Cereales completos
Puré de manzana 	fritos
Carnes y pescados( a la plancha, horneados o hervidos) 	guisos

Nombre de la dieta: **dieta hipocalórica**

En que consiste la dieta: **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. Conseguir una máxima pérdida rápida de peso a expensas básicamente de la masa grasa.**

Indicaciones.

- Pacientes diabéticos con sobrepeso
- Pacientes no diabéticos que requieren una dieta hipocalórica
- Pacientes con obesidad o sobrepeso, sobre todo si se acompaña de hiperlipemia.
- HTA
- Enfermedad cardiovascular
- Síndrome de apnea obstructiva del sueño.
- Intolerancia a la glucosa
- Patología vertebral
- Osteoartritis.

Alimentos permitidos	Alimentos no permitidos
Leche desnatada 	Aguacates
Pan integral 	Quesos grasos
Verduras 	Carnes grasas
Frutas 	Sopas de sobre
Carnes de preferencia: pollo, pescado, pavo. 	Yogurth azucarado

Nombre de la dieta: dieta hipercalorica

En que consiste la dieta: Es una dieta pensada para lograr un aumento de peso, mejorando la calidad y cantidad de lo que se come. 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 nutrición que valore tus necesidades personales y la necesidad energética del individuo.

Indicaciones: está indicada para las personas que sufren de un metabolismo muy activo o padecen de desnutrición.

Alimentos permitidos	Alimentos no permitidos
Miel	Embutidos
Carnes blancas	
Atún	
Avena	

Trigo 

Leche entera

Frutos secos 

queso 

Frutas cocidas 

---

Nombre de la dieta: dieta hipoproteica

En que consiste la dieta: Son aquellas que limitan el aporte de proteínas al organismo. Como todas las dietas que disminuyen el aporte de una variedad de nutriente específico, entraña ciertos riesgos por lo tanto siempre debe contar con una precisa indicación y un estricto control médico.

Indicaciones:

- insuficiencia hepática
- insuficiencia renal
- fenilcetonuria

---

**Alimentos permitidos**

Cereales: pan blanco, trigo, centeno, pan integral, arroz integral.

Verduras y hortalizas: pepino, cebolla, pimiento, rábano, tomate, berenjena, aguacate, calabaza, lechuga, champiñones, setas

Frutas: manzana, pera, sandía, limón, míspero, mango, piña, uvas, fresas.

---

**Alimentos no permitidos**

Carnes( ahumadas)

Embutidos

Lácteos y derivados

Azúcares y dulces.

huevo

---

Nombre de la dieta: dieta hiperproteica

En que consiste la dieta: se basa en un aumento del consumo de alimentos ricos en proteínas como las carnes y los huevos, disminuyendo el consumo de alimentos ricos en carbohidratos como el pan y la pasta

Indicaciones:

Alimentos permitidos	Alimentos no permitidos
Carnes	Arroz
Pescados( salmón, atún, bacalao)	Pasta
huevos	Pan
lácteos	

Nombre de la dieta: dieta hiposódica

En que consiste la dieta: Es una dieta que controla la ingestión de sodio (Na) para mantener el estado de hidratación a fin de impedir la retención de líquidos. El sodio (Na) no sólo está presente en la sal, sino también en todos los alimentos, principalmente en los procesados.

Indicaciones:

- hipertensión arterial
- insuficiencia cardiaca
- insuficiencia hepática
- insuficiencia renal

Alimentos permitidos	Alimentos no permitidos
Huevo	Sal de mesa
carne	Consomé concentrado
lentejas	Sopas de sobre
legumbres	Alimentos enlatados
Frutas	Jugos enlatados
Verduras	Refrescos
Aceite de oliva	caviar
	Galletas y panes salados
	Purés instantáneos
	repostería