

COMITAN DE DOMINGUEZ, CHIAPAS.

FECHA:29/07/2023

MATERIA: NUTRICION CLINICA.

TEMAS:MANUAL DE DIETAS.

NOMBRE DEL ALUMNO: MAYRANI LIZETH GARCIA GARCIA.

GRADO: 3 **GRUPO:** B

PROFESOR(A):DANIELA MONSERAT MENDEZ GUILLEN.



“DIETA LIQUIDA”

Compuestas por alimentos de textura líquida, a temperatura ambiente, cuyo objetivo es aportar fluidos y electrólitos 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: patología con dieta líquida específica.

Dieta líquida para un ulceroso.
Proporcionar energía y nutrientes.

ALIMENTOS PERMITIDOS: Agua, té, jugo, gelatina, malteadas, pudín.

ALIMENTOS NO PERMITIDOS: Quesos, frutas secas, carne, cereales, verduras crudas y cocidas, galletas.

“DIETA BLANDA”

Dieta para pacientes con problemas gastrointestinales en etapa de recuperación.

INDICACIONES: Compuesta por ingredientes ricos en fibra y poco picantes.

ALIMENTOS PERMITIDOS: Arroz blanco, carne magra, fruta enlatada, fruta hervida, huevos, jugos, leche, papa.

ALIMENTOS NO PERMITIDOS: Alcohol, alimentos fermentados, cereales integrales, col, crema batida, ensaladas, frutos secos, comida chatarra, chocolate, maíz.

“DIETA HPOCALORICA”

Aporta menos de 800 kcal/día con el objetivo de maximizar los resultados de la restricción calórica en el tratamiento del exceso ponderal.

INDICACIONES: La grasa obtenida no debe ser mayor de 30%. Debe aportar 4% de ácido oleico.

ALIMENTOS PERMITIDOS: Carne: buey, ternera, caballo, cerdo magro, carne sin grasa en general.

Aves: pollo, pavo, paloma.

Ácidos grasos Omega-3. Pescado magro, moluscos, crustáceos. Leche desnatada. Yogures naturales. Quesos desnatados sin azúcar.

ALIMENTOS NO PERMITIDOS: Fruta desecada: pasas, higos, ciruela. Fruta seca grasa: almendras, avellanas, cacahuete, nueces. Alimentos a evitar: aguacate, aceitunas, carne grasa, charcutería, conservas de carne, pescado graso, pescado en aceite o escabeche.

“DIETA HIPERCALORICA”

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

INDICACIONES: Aumentar ingesta de carbohidratos y proteínas. Ingerir alimentos que contengan vitaminas.

ALIMENTOS PERMITIDOS: frutos secos, semillas, levadura de cerveza, cacao en polvo, mermelada o miel.

“DIETA HIPOPROTEICA”

Es una dieta indicada de forma especial en pacientes con insuficiencia renal crónica, cirrosis hepática, insuficiencia hepática.

INDICACIONES: No permitidos en pacientes con poliquistosis renal.

Recomendación en la ingesta de proteínas en pacientes con diálisis.

ALIMENTOS PERMITIDOS: cereales, frutas, verduras, carnes, hortalizas.

ALIMENTOS NO PERMITIDOS: Humados, Secados, Embutidos, Enlatados.

“DIETA HIPERPROTEICA”

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

INDICACIONES: edades pediátricas son de 2 g/kg/día hasta los 3 meses, 1,4g/kg/día entre 3 y 6 meses, 1,2 g/kg/día entre 6 y 12 meses y 1 g/kg/día en mayores de 1 año. En niños escolares (7-10 años de edad), los requerimientos proteicos disminuyen a 0,76-0,77 g/kg/día, muy cercanos a los recomendados en los adultos.

ALIMENTOS PERMITIDOS: pescado y carnes (rojas y blancas).

ALIMENTOS NO PERMITIDOS: Leche y productos

“DIETA HIPOSODICA”

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: Aportar suficiente de energía en función de las necesidades del paciente.

Equilibrio entre los nutrientes, siempre que sea posible.

Tener en cuenta posibles dietas asociadas en casos de diabetes, u otros trastornos.

ALIMENTOS PERMITIDOS: Carnes, aves, vísceras (lengua, riñones, hígado), embutidos sin sal. Pescados frescos de agua dulce o de mar y lácteos.

ALIMENTOS NO PERMITIDOS: Pan corriente, sal y alimentos con sodio.

“ALIMENTACION ENTERAL”

Administración de nutrientes, necesarios para conseguir un soporte nutricional adecuado por vía digestiva.

INDICACIONES: Administrar por vía digestiva alimentos especiales.

ALIMENTOS PERMITIDOS: Puré y alimentos líquidos, batidos y suplementos nutricionales.

ALIMENTOS NO PERMITIDOS: Las bebidas carbonatadas, el zumo de piña, el bicarbonato sódico, así como ciertos medicamentos, pueden alterar el plástico de las sondas.