



Mi Universidad

Nombre del alumno: Alma Maybeth Roblero Villatoro.

Nombre del tema: Manual de dietas.

Parcial: 2

Nombre de la materia: Nutrición Clínica

Nombre del profesor (a): Daniela Monserrat Méndez Guillen

Nombre de la licenciatura: Enfermería

DIETA	¿EN QUE CONSISTE?	INDICACIONES	ALIMENTOS PERMITIDOS	ALIMENTOS PERMITIDOS	<u>NO</u>
LIQUIDA	Se compone de alimentos que son normalmente líquidos y alimentos que se vuelven líquidos cuando están a temperatura ambiente	<ul style="list-style-type: none"> • Antes de un examen o procedimiento médico • Antes y después de una cirugía • Personas con problemas para masticar o deglutir 	<ul style="list-style-type: none"> • Agua, jugos de fruta. • Caldos, sopas cremosas coladas (sin sólidos) • Yogurt, helado 	<ul style="list-style-type: none"> • Alimentos como queso • Carnes • Helados que puedan contener sólidos 	
HIPOCALORICA	Se basa en el consumo de menos calorías, para poder conseguir pérdida de peso en pacientes que lo necesiten	Personas con obesidad o sobrepeso	<ul style="list-style-type: none"> • Fruta y verdura • Carnes, pescados y huevos • Cereales y aceite vegetal 	<ul style="list-style-type: none"> • No comer alimentos fritos, rebozados, empanados o guisos. • No consumir muchas salsas 	
HIPERCALORICA	Se basa en consumir más calorías de las que se gastan con el fin de aumentar peso	Personas que necesiten subir de peso o ganar masa muscular	<ul style="list-style-type: none"> • Leche, arroz, pan integral • Batidos de proteínas • Carnes rojas • Suplementos proteicos • Almidones, nueces y mantequillas 	<ul style="list-style-type: none"> • No consumir sopas • Ensaladas 	

BLANDA	Incluye alimentos que son suaves, no muy picantes y con poca fibra.	<ul style="list-style-type: none"> • Enfermedades gastrointestinales en etapa de recuperación de una cirugía • Personas con dificultad de masticar o deglutir 	<ul style="list-style-type: none"> • Verduras cocidas, enlatadas o congeladas. • Pescador hervido o a la plancha o al vapor • Pollo y pavo con los mismos métodos de cocción • Cremas de verduras 	<ul style="list-style-type: none"> • Lácteos grasos • Quesos fuertes • Verduras crudas y ensaladas • Verduras que puedan producir gases como el brócoli, repollo, coliflor, etc. • Alimentos picantes, fritos ni crudos, no cafeína, no alcohol
HIPOPROTEICA	Se caracteriza por la reducción de ingesta de proteínas	Personas con enfermedad renal	<ul style="list-style-type: none"> • Cereales, pastas, arroz, pan, harinas 	<ul style="list-style-type: none"> • Leche y derivados • Carnes rojas o blancas • Pescados • Huevos, legumbres, frutos secos • Mariscos
HIPERPROTEICA	Es aquella en la cual se exceden las recomendaciones establecidas para los requerimientos establecidos	Pacientes con malnutrición proteico-energética Sepsis, estados febriles o infecciosos	<ul style="list-style-type: none"> • Huevos, carne magra, pescado, verduras y productos lácteos (yogurt y queso) 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta, arroz, pan

	para los requerimientos diarios de proteínas	<p>Politraumatismos</p> <p>Cáncer</p> <p>Quemados</p> <p>Infección por VIH o SIDA</p> <p>Ulceras por decúbito</p>		
HIPOSODICA	Se centra en reducir los niveles de sal es decir en reducir los niveles de sodio	<ul style="list-style-type: none"> • Hipertensión arterial y problemas del corazón • Afecciones renales o hepáticas • Retención de líquidos o edema • Tratamientos con corticoides o yodo 	<ul style="list-style-type: none"> • Vegetales y frutas • Cereales, legumbre y frutos secos • Carnes • Lácteos bajos en grasa 	<ul style="list-style-type: none"> • Vegetales congelados • Frutas no naturales • Cereales no integrales y legumbres con añadidos • Carnes en salazón • Lácteos en salazón
ALIMENTACION ENTERAL	Consiste en administrar alimentos vía nasogástrica u orogástrica, es decir por medio de una sonda	Personas con funcionamiento digestivo dificultado o restringido	<ul style="list-style-type: none"> • Pure • Alimentos líquidos • suplementos 	<ul style="list-style-type: none"> • Bebidas carbonatadas • Zumo de piña • Bicarbonato sódico