



UNIVERSIDAD DEL SURESTE
CAMPUS COMITAN
MEDICINA HUMANA



TEMA: MANUAL DE DIETAS.

MATERIA: NUTRICION

DOCENTE: DANIELA ONSERRAT MENDEZ

ALUMNA: ALONDRA MONSERRATH DIAZ
ALBORES

TERCER SEMESTRE GRUPO: A

DIETA DE LIQUIDOS CLAROS

CONSISTE:

Se alimenta de agua clara (o clara) y alimentos. Agua a temperatura ambiente. Este tipo de alimentación aporta: Fluidos corporales, electrolitos y energía en forma de azúcares simples (400 a 600 Kcal por día)

Es de fácil digestión y deja residuos intestinales hasta que el paciente puede comer comida sólida

INDICACIONES:

Este alimento se utiliza antes de cualquier prueba, procedimiento o cirugía. Como es habitual, los alimentos deben pasar por el estómago o los intestinos.

Endoscopia.

ALIMENTOS PERMITIDOS:

Jugo de manzana diluido, Jugo de manzana natural diluido, Jugo de pera diluido, Jugo de uva diluido, Gatorade, gelatina de agua con o sin azúcar, agua de sabor, consomé desgrasado, Nieves de agua (limón o naranja), Infusiones (manzanilla, limón, hierbabuena).

ALIMENTOS NO PERMITIDOS:

Ningún tipo de queso, fruta (fresca, congelada ni enlatada), carne ni cereales, verduras crudas o cocidas, helados, postres que contengan cualquier sólido dentro o por encima, como nueces, chispas de chocolate o pedazos de galletas.

DIETA DE LIQUIDO COMPLETO

CONSISTE:

Una dieta muy líquida contiene casi toda agua (incluida la leche). Algunos alimentos son bajos en fibra. Toda la ingesta de agua. Aunque puede aportar muchos nutrientes que tu cuerpo necesita, Es posible que no esté obteniendo suficientes vitaminas, minerales o fibra. es fácil Cuando se digiere, quedan pequeñas cantidades de comida en el estómago y los intestinos.

INDICACIONES:

Es posible que desee ingerir una comida líquida antes del examen. Antes de cualquier medicación o cirugía. Es importante continuar Poder comer sin complicaciones por procedimientos o cirugías. Y los resultados de las pruebas.

ALIMENTOS PERMITIDOS:

Jugo de naranja, jugo de zanahoria, jugo de toronja, jugo de ciruela, jugo de uva, jugo de manzana, gelatina de agua con o sin azúcar, gelatina de leche, flan, consomé colado, cremas de verduras, agua de frutas naturales, leche con o sin sabor, Infusiones (manzanilla, limón, hierbabuena)

ALIMENTOS NO PERMITIDOS:

Alimentos hechos puré, por ejemplo, puré de papas, vegetales crudos o cocidos, queso, frutas (frescas o en lata), Carne o cereales no aprobados por su médico o nutricionista, Helado u otros alimentos líquidos que contengan sólidos, como nueces o trozos de chocolate.

DIETA EN PURES

CONSISTE:

Este tipo de comida se diferencia de la comida normal porque la comida se cocina y prepara. Se prepara en forma de puré y se presenta de forma buena para la salud. digestión Para ello se utilizan alimentos triturados o molidos de manera uniforme. Dependiendo de la dosis, el producto es líquido o espeso.

INDICACIONES:

Recomendada para personas que tienen dificultades para masticar, problemas dentales o de cavidad oral, problemas esofágicos que no toleran los alimentos sólidos, pero no se presentan alteraciones digestivas; así como en niños pequeños.

ALIMENTOS PERMITIDOS:

Sopas licuadas, consomés colados, cremas de verduras, purés de frutas y verduras, leches, yogurt, malteadas, jugos de todo tipo, helados y nieves, gelatinas y flanes, cereales cocidos en puré (avena o papa), huevo tibio, papilla de carnes (res, pescado, pollo, jamón), aguas de fruta, paletas heladas, miel.

ALIMENTOS NO PERMITIDOS:

Quesos sólidos, requesón regular, queso de granja y queso de olla, cualquier bebida con trozos de frutas, cereales cocidos secos, maltas, malteadas yogurt, ponche de huevo, carnes enteras o molidas.

DIETA SUAVE

CONSISTE:

Productos de fácil asimilación, como líquidos, frutas y verduras que garantizan un mínimo esfuerzo para el sistema digestivo.

INDICACIONES:

Este es un alimento para pacientes que padecen enfermedades gastrointestinales en la etapa de úlcera de estómago. Este producto es para quienes se están recuperando de una cirugía o tienen dificultad para masticar o tragar. Esto reducirá el ácido del estómago y eliminará todos los alimentos que aumentan el ácido del estómago. Estimula la secreción tumoral y mejora la calidad de vida del paciente.

ALIMENTOS RECOMENDADOS:

Jugos de frutas no irritantes (preferiblemente manzana, papaya, zanahoria, uva), frutas que no produzcan distensión abdominal (evitar piña, sandía, melón, cítricos), verduras preferiblemente cocidas, no crucíferas (evitar coliflor, brócoli, pepino, rábano, calabaza), sopas y cremas desgrasadas, pastas y cereales cocidos sin grasa (arroz, papa, espagueti), carnes suaves, asadas, horneadas o cocidas, sin condimentos irritantes, postres sencillos, cocidos u horneados (no pastelería), pan blanco, tostado o integral de caja, galletas marías, saladas con o sin fibras, lácteos descremados.

ALIMENTOS NO RECOMENDADOS:

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, cereales de salvado o integrales, galletas, pasta o panes integrales, curtidos, chucrut y otros alimentos fermentados especias y sazónadores fuertes, como el ají picante y el ajo, alimentos que contengan mucho azúcar, semillas y nueces, pescados y carnes muy sazonados, ahumados o curados, carnes duras, fibrosas, alimentos fritos o grasosos.

DIETA BLANDA

CONSISTE:

Su principal característica es que contiene alimentos fáciles de masticar y digerir. No se utilizan fragancias, grasas, ácidos u otros productos químicos. Medicamentos que irritan o irritan el sistema digestivo. Secreción de jugo gástrico.

INDICACIONES:

pacientes con enfermedades gastrointestinales en etapa de recuperación de una cirugía o para quienes tienen dificultad para masticar y deglutir

ALIMENTOS RECOMENDADOS:

Cereales y féculas, carnes, pescados, huevos, lácteos, verduras, legumbres, frutas, snacks, bebidas.

ALIMENTOS NO RECOMENDADOS:

Verduras crudas y las que tienden a producir gases como coliflor o brócoli. Bollería, carnes, pescados grasos, embutidos, frutas frescas (a excepción de la banana y el aguacate) y deshidratadas, cereales integrales y con frutos secos, productos lácteos mezclados con fruta fresca, nueces, coco o frutas con semillas, bebidas con gas, mermeladas o jaleas con semillas y palomitas de maíz, especias picantes.

DIETA HIPOCALORICA

CONSISTE:

La dieta hipocalórica es la que se basa en restringir el número de calorías diarias, limitando su consumo a un número inferior al que el cuerpo necesita en una jornada. Si comes alimentos con pocas calorías, la producción de glucosa disminuye, por lo que tu cuerpo tiene que quemar sus reservas de grasa para obtener energía.

INDICACIONES:

Pacientes diabéticos con sobrepeso, pacientes con obesidad o sobrepeso, sobre todo si se acompaña de hiperlipemia, hipertensión arterial (HTA), en presencia de uno o más factores de riesgo para la enfermedad cardiovascular, síndrome de apnea obstructiva del sueño (SAOS), intolerancia a la glucosa, diabetes mellitus (DM) tipo 2, patología vertebral, osteoartritis.

ALIMENTOS PERMITIDOS:

Leche y otros productos lácteos, solo bajos en grasa o sin grasa, verduras cocidas, enlatadas o congeladas, papas, frutas enlatadas, así como puré de manzana, banano y melón, jugos de frutas y de verduras, panes, galletas y pasta elaborados con harina blanca refinada, cereales calientes y refinados, carnes tiernas y magras, tales como las de aves de corral, el pescado blanco y los mariscos, preparados al vapor, horneados o asados a la parrilla sin grasa agregada, mantequilla de maní cremosa, budín y natillas galletas, paleta de hielo y gelatinas, huevos, tofu, sopa.

}

ALIMENTOS NO PERMITIDOS :

Crema batida o el helado rico en grasa, quesos fuertes, tales como el azul o el Roquefort, verduras crudas y ensaladas, , brócoli, el repollo, la coliflor, el pepino, los pimientos verdes y el maíz, frutas deshidratadas, cereales de salvado o integrales, galletas, pasta o panes integrales, especias y sazonadores fuertes, como el ají picante y el ajo, alimentos que contengan mucho azúcar, semillas y nueces, pescados y carnes muy sazonados, ahumados o curados, carnes duras, fibrosas, alimentos fritos o grasosos, bebidas alcohólicas y bebidas con cafeína.

DIETA HIPERCALORICA

CONSISTE;

La dieta hipercalórica es un régimen alimenticio que tiene como fin el aumento de ingesta de calorías en el organismo. Básicamente, esta dieta está diseñada con el fin de aumentar de peso.

INDICACIONES:

La dieta hipercalórica es necesaria cuando la persona tiene un metabolismo muy activo, sufre de desnutrición o su ritmo de vida es muy rápido y no come los alimentos con los nutrientes necesarios para mantener un peso saludable.

ALIMENTOS PERMITIDOS:

Plátano, aguacate y coco, frutos secos, cereales y derivados, Huevos, carne y pescado.

ALIMENTOS NO PERMITIDOS:

Bollería en general, lácteos enteros y quesos curados o grasos, todos los embutidos excepto pechuga de pavo, carnes grasas (cordero, cerdo y pato), Pescados grasos, huevos fritos y en tortilla a la española con patatas fritas, conservas en aceite, salsas comerciales, legumbres.

DIETA HIPOPROTEICA

CONSISTE:

Son aquellas que limitan el aporte de proteínas al organismo.

INDICACIONES:

Indicada de forma especial en la insuficiencia renal crónica para mejorar los síntomas urémicos, reducir la producción de residuos procedentes del metabolismo de las proteínas (urea, ácido úrico,).

ALIMENTOS PERMITIDOS:

Carnes bajas en grasa, cortes magros de carnes rojas, pollo, pescados, huevos, jamón natural, jamón de pavo, lácteos bajos en grasas y derivados, como leche de vaca descremada, quesos blancos o bajos en grasas, yogur desnatado, bebida vegetal de almendras o avellanas, vegetales, como acelga, coles, espinaca, lechuga, rúcula, berro, achicoria, zanahoria, repollo, tomate, pepino, rábano, berenjena, chayote, repollo, col de bruselas, brócoli, coliflor, alcachofa, cebolla, ajo, pimentón, espárragos, aceites vegetales de oliva, girasol, maíz o de linaza, frutos secos, semillas.

ALIMENTOS NO PERMITIDOS:

Cereales y tubérculos, como el pan, pasta, arroz, harina, papa, batata, yuca, granos, como los frijoles, garbanzo, maíz, guisantes, soya, azúcares y alimentos que lo contengan, como las galletas, dulces, tortas, refrescos, miel, jugos pasteurizados, gaseosas, todo tipo de frutas, bebidas alcohólicas, como cerveza, whisky o vino

DIETA HIPERPROTEICA

INDICACIONES:

Si el nivel de energía es bajo, se debe ajustar la sepsis, fiebre o infección, politraumatismo, cáncer, quemaduras, VIH o SIDA, síndrome de decúbito, insuficiencia cardíaca (hemodiálisis y diálisis peritoneal), ingesta de proteínas y ingesta de proteínas. Las características de la terapia nutricional son según las características de cada paciente.

ALIMENTOS PERMITIDOS:

Pescados, carnes bajas en grasa, huevos y jamón (preferiblemente de pavo). Quesos blancos o bajos en grasas, leche y yogurt desnatados. Leche de almendras o de cualquier tipo de nuez, zanahorias, espinaca, lechuga, coles, berro, achicoria, rúcula y acelga, pepino, rábano, berenjena, repollo, brócoli, repollo, ajo, chayote, col de Bruselas, pimiento, espárragos, alcachofa, tomate, cebolla, aceite de oliva o de linaza, avellanas, nueces, cacahuete, maní, merey, marañón, nuez de Brasil, semillas de ajonjolí, girasol, linaza, chía, aceitunas, limón y aguacate.

ALIMENTOS NO PERMITIDOS:

Cereales, el pan, la pasta, el arroz, harinas, tubérculos como la yuca, batata; azúcares y todos los alimentos que la contengan como dulces, tortas, miel, refrescos, jugos pasteurizados, frutas, agua de coco, entre otros.

DIETA MODIFICADA EN PURINAS

CONSISTE:

Plan alimenticio que se basa en alimentos que tienen un bajo contenido de purinas. Las purinas son sustancias que se encuentran en los alimentos y que el cuerpo produce naturalmente, son degradadas por el cuerpo y transformadas en ácido úrico.

ALIMENTOS PERMITIDOS:

Huevos, nueces y crema de cacahuete, queso y helado bajos en grasa y sin grasa, leche sin grasa o del 1%, sopa hecha con extracto o caldo de carne verduras que no estén en la lista de purinas medias que figura más abajo, todas las frutas y los jugos de frutas, pan, pasta, arroz, pastel, pan de maíz y palomitas de maíz, agua, soda, te, café y cacao, azúcar, dulces y gelatina, grasa y aceite.

ALIMENTOS NO PERMITIDOS:

Alimentos medios en purinas: Carne de res y de aves, cangrejo, langosta, ostras y camarón, espárragos, coliflor, espinaca, champiñones, chícharos verdes, frijoles, chícharos y lentejas (límitese a 1 taza cada día), avena (límitese a $\frac{2}{3}$ de taza de avena cruda cada día), germen de trigo y salvado (límitese a $\frac{1}{4}$ de taza cada día), anchoas, sardinas, almejas y mejillones, atún, bacalao, arenque y eglefino, carne de caza silvestre como ganso y pato, carnes de órganos, como sesos, corazón, riñón, hígado y mollejas, salsas elaboradas con carne, extractos de levadura que se consumen en forma de suplemento.

DIETA BAJA EN CARBOHIDRATOS

CONSISTE:

Una dieta baja en carbohidratos limita el consumo de carbohidratos, como los que se encuentran en granos y en verduras y frutas con almidón. Este tipo de dieta incluye principalmente alimentos con alto contenido de proteína y grasa. Hay muchos tipos de dietas bajas en carbohidratos y cada una tiene distintos límites en cuanto al tipo y la cantidad de carbohidratos que puedes consumir.

INDICACIONES:

Más allá de la pérdida de peso, como reducir el riesgo de diabetes tipo 2 y síndrome metabólico.

ALIMENTOS PERMITIDOS:

Frutas: melón, sandía, papaya, aguacate, ciruela, frambuesas y fresas. Frutos secos: cacahuetes, avellanas y almendras. Aceites de girasol y de oliva. Verduras: calabacín, berenjena, brócoli, acelgas, berro, espárragos, lechuga, zanahoria, coliflor, espinacas, pepino, rábano, repollo y tomate.

ALIMENTOS NO PERMITIDOS:

Es necesario limitar o evitar alimentos procesados ricos en carbohidratos refinados y azúcares añadidos, como pan blanco, cereales azucarados, dulces, refrescos y zumos comerciales. También se recomienda reducir el consumo de frutas y almidones como patatas, arroz, pasta y legumbres.

DIETA MODIFICADA EN FIBRA

INDICACIONES:

Síndrome del intestino irritable, diverticulitis, enfermedad de Crohn, colitis ulcerosa.

ALIMENTOS PERMITIDOS:

Carne roja, pescado o aves cocidos, huevos, productos lácteos, como leche, helado, queso, requesón ("cottage cheese") y yogur (siempre que no contengan frutas ni nueces), verduras frescas o enlatadas bien cocidas sin piel ni semillas, lechuga, frutas enlatadas o cocidas sin piel ni semillas, bananas (plátanos), melones y duraznos (melocotones) maduros y sin piel, jugos de fruta sin pulpa, compota de manzana, panes blancos refinados, arroz blanco o pasta blanca, galletas saladas.

ALIMENTOS NO PERMITIDOS:

Granos integrales, como salvado, avena y arroz integral, pasta de harina de trigo integral, panes de harina de trigo integral o de granos integrales, alimentos que contengan semillas o nueces, verduras crudas (excepto lechuga), coles de Bruselas, brócoli y coliflor (crudos o cocidos), maíz, granola, lentejas, arvejas (chícharos) partidas y frijoles (habichuelas), como frijoles negros o rojos, bayas, frutas secas, como ciruelas pasas, uvas pasas o higos, frutas crudas, excepto bananas (plátanos), melones y duraznos (melocotones) maduros y sin piel, palomitas de maíz.

DIETA DE BRATT

CONSISTE:

El objetivo de la dieta BRATT es aliviar los síntomas gastrointestinales (GI), que incluyen: Diarrea (debilidad o debilidad) o vómitos. Dependiendo de la gravedad Cuando se presentan síntomas, es importante volver a agregar alimentos lentamente a su dieta.

INDICACIONES:

para la recuperación tras un trastorno gástrico, como una gastroenteritis vírica, que cursa con diarrea, náuseas o vómitos.

ALIMENTOS PERMITIDOS:

plátano, arroz blanco, puré de manzana

ALIMENTOS NO PERMITIDOS:

Alimentos que producen irritación de la mucosa gástrica e intestinal (algunas especias) o gases (bebidas carbonatadas, legumbres, granos integrales, algunas verduras crudas), estimulantes (café, té, cacao, alcohol), alimentos muy grasos (carnes, frito

DIETA HIPOLIPIDICA

CONSISTE:

Consiste en reducir la ingesta de lípidos. La dieta hipo lipídica es una forma de alimentación que se utiliza para reducir la cantidad de lípidos o grasas que nuestro organismo recibe INDICACIONES Está indicada para pacientes con colesterol y triglicéridos altos.

ALIMENTOS PERMITIDOS:

Cereales y derivados, Carnes, Pescados y mariscos, Huevos, Leche y derivados, Frutas y frutos secos, Verduras y legumbres, Aceites de Oliva, Girasol y Maíz.

ALIMENTOS NO PERMITIDOS:

Chorizo de puerco, manteca vegetal y animal, mantequilla, vísceras, quesos maduros, piel de poyo, cortes gruesos de carne, embutidos, leche entera, chocolate.

DIETA HIPERLIPIDICA

INDICACIONES:

Personas con niveles de colesterol y/o triglicéridos por encima de los valores considerados como normales. Personas que tengan antecedentes de enfermedad cardiovascular (cardiopatía isquémica, accidentes cerebrovasculares, embolismo pulmonar, tromboembolismo de vasos periféricos). Personas que tengan otros factores de riesgo cardiovascular (hipertensión, fumadores, diabéticos, obesidad de predominio troncular o abdominal, antecedentes familiares). Personas que por otros motivos deban mantener los lípidos en sangre dentro de la normalidad.

ALIMENTOS PERMITIDOS:

Cereales y derivados, carnes, pescados y mariscos, huevos., leche y derivados, frutas y frutos secos, verduras y legumbres, aceites de Oliva, girasol y Maíz.

ALIMENTOS NO PERMITIDOS:

Chorizo de cerdo, manteca vegetal y animal, mantequilla, viseras, quesos maduros, piel de pollo, cortes gruesos de carne, embutidos.

DIETA CETOGENICA

INDICACIONES:

Obesidad: $IMC > 30$, sobrepeso con $25 < IMC < 30$ + Síndrome metabólico, preoperatorios, pacientes refractarios a otras dietas, también se observado una franca mejoría de cefaleas tipo migrañosas asociadas a la obesidad con este tipo de dietas.

ALIMENTOS PERMITIDOS:

Carne: Carne roja, chuletón, jamón, salchichas, pollo y pavo, pescado graso: Como el salmón, las truchas, el atún y la caballa, huevos. mantequilla y crema, quesos, nueces y semillas: Almendras, nueces, semillas de lino, semillas de calabaza, semillas de chía, aceites saludables: Sobre todo, aceite de oliva virgen extra, aceite de coco y aceite de aguacate, aguacate: Aguacates enteros o guacamole hecho de forma natural, verduras bajas en carbohidratos: La mayoría de verduras verdes, tomates, cebollas y pimientos.

ALIMENTOS NO PERMITIDOS:

Refrescos, zumos de frutas, batidos, tartas, helados, dulces, cereales o féculas: Productos derivados del trigo, arroz, pasta, cereales, frutas, guisantes, alubias rojas, lentejas, garbanzos, patatas, batatas, zanahorias, chirivías, productos dietéticos o bajos en grasas: Suelen ser altamente procesados y ricos en carbohidratos, algunos condimentos o salsas: Sobre todo, los que contienen azúcar y grasas saturadas, alcohol.

DIETA MEDITERRANE

INDICACIONES:

Plan de alimentación que sea saludable para el corazón.

ALIMENTOS PERMITIDOS:

Comidas a base de vegetales, con sólo pequeñas cantidades de carne de res y pollo. Más porciones de granos enteros, frutas y verduras frescas, nueces y legumbres. Alimentos que en forma natural contengan cantidades altas de fibra.

ALIMENTOS NO PERMITIDOS:

Carnes rojas, dulces y otros postres, huevos, mantequilla

DIETA DASH

INDICACIONES:

Para ayudar a reducir la presión arterial alta. También es una manera saludable de perder peso.

ALIMENTOS PERMITIDOS:

Productos lácteos descremados o con bajo contenido graso, pescado, carne de ave, legumbres y frutos secos.

ALIMENTOS NO PERMITIDOS:

Alimentos con sal agregada, alcohol, bebidas azucaradas, alimentos con alto contenido de grasas saturadas, como productos lácteos enteros y alimentos fritos, los refrigerios empacados, que a menudo tienen un alto contenido de grasa, sal y azúcar

DIETA ATKINS

CONSISTE:

Esta dieta restringe la cantidad de carbohidratos y se centra en los alimentos con aporte de proteínas y grasa.

INDICACIONES:

Puede prevenir o mejorar afecciones médicas graves, como el síndrome metabólico, la diabetes, la presión arterial alta y las enfermedades cardíacas.

ALIMENTOS PERMITIDOS:

Proteínas, como pescado y mariscos, carne de aves, carne, huevos y queso, en todas las comidas.

ALIMENTOS NO PERMITIDOS:

No debes consumir la mayoría de las frutas, productos horneados azucarados, panes, fideos, granos, frutos secos o alcohol.

DIETA HIPOSODICA

INDICACIONES:

Hipertensión arterial, cardiopatías: cirugía cardíaca (postoperatorio), insuficiencia cardíaca congestiva, cardiopatía isquémica, afecciones renales: síndrome nefrótico, glomerulonefritis edematógena, insuficiencia renal crónica, insuficiencia renal aguda en fase oligúrica, cirrosis hepática con ascitis, edema cíclico idiopático, tratamientos prolongados con corticoides

ALIMENTOS PERMITIDOS:

Carnes, aves, vísceras (lengua, riñones, hígado), embutidos sin sal, pescados frescos de agua dulce o de mar, huevos, leche, yogures, cuajada, requesón, queso sin sal, pan y biscotes sin sal, harina, pastas alimenticias, cereales, patatas, legumbres, verduras, hortalizas, fruta natural, en compota, zumos naturales, frutos secos sin sal, mantequilla, margarina, nata, crema de leche, aceites vegetales, mahonesa sin sal, azúcar, pastelería casera, helados caseros, chocolate, cacao, pimienta, pimentón, azafrán, canela, mostaza sin sal, hierbas aromáticas, agua natural o minerales de baja mineralización, sifón o gaseosa.

ALIMENTOS NO PERMITIDOS:

Alimentos procesados y manufacturados: aceitunas, sopas de sobre, purés instantáneos, cubitos para preparar caldo o extractos de carne, conservas en general, carnes y pescados curados con sal, ahumados, embutidos, blandidores de carne, caviar, frutos oleaginosos salados, quesos en general, productos de repostería industrial, preparados salados para refrigerios o tentempiés (patatas chips, cortezas, pipas o frutos secos salados, palomitas, salsa de tomate tipo ketchup, condimentos salados, mostazas, pepinillos, sal de ajo,, conservas en vinagre

DIETA NORMO CALÓRICA

INDICACIONES:

Aquellas personas que quieren subir de peso o ganar masa muscular.

ALIMENTOS PERMITIDOS:

Frutas, verduras, hortalizas, lácteos, cereales, tubérculos, legumbres, pescados, huevos, bebidas grasas, dulces

ALIMENTOS NO PERMITIDOS:

Cereales y tubérculos, como el pan, pasta, arroz, harina, papa, batata, yuca, granos, como los frijoles, garbanzo, maíz, guisantes, soya, azúcares y alimentos que lo contengan, como las galletas, dulces, tortas, refrescos, miel, jugos pasteurizados, gaseosas, todo tipo de frutas, bebidas alcohólicas, como cerveza, whisky o vino.

DIETA NORMOPROTEICA

INDICACIONES

Malnutridos o en riesgo nutricional con dificultad para ingerir alimentos, paciente con indicación de nutrición por sonda a corto/ medio/largo plazo, paciente con indicación de nutrición enteral tanto en ámbito hospitalario como domiciliario. paciente anciano frágil, paciente geriátrico que presente dificultad para cubrir sus requerimientos nutricionales, adecuado para pacientes mayores de 3 años.

ALIMENTOS PERMITIDOS:

Carne, pescado, huevos, fruta, cereales y legumbres.

ALIMENTOS NO PERMITIDOS:

Pan, panecillos, pasta y arroz integrales, frutas y verduras.