



Mi Universidad

Cuadro sinóptico

Nombre del Alumno: Víctor Alexis Vázquez Mazariegos

Nombre del tema: dietas

Parcial: tercer parcial

Nombre de la Materia : Introducción a la nutrición

Nombre del profesor: Daniela Monserrat Méndez Guillen

Nombre de la Licenciatura: licenciatura en nutrición

Cuatrimestre: Primer cuatrimestre

DIETA HIPOENERGETICA

INDICACIONES

Es la que se realiza una reducción energética del requerimiento basal del individuo de 500 a 1 kg calorías diarias

especialmente para enfermedades metabólicas y las que resultan como consecuencia en el consumo de algunos fármacos

ALIMENTOS PERMITIDOS

todos con bajo contenido calórico



ALIMENTOS NO PERMITIDOS

todos con alto contenido calórico
azúcar y grasa



DIETA HIPERENERGETICA

- INDICACIONES

se caracteriza porque su contenido energético es más alto en kilocalorías en relación al gasto energético total
es para situaciones muy especiales de desgaste se origina por enfermedades catabólicas

-
-
-
- ALIMENTOS PERMITIDOS

todos los alimentos



-
-
-
-
- ALIMENTOS NO PERMITIDOS

los alimentos que producen gases como las leguminosas y verduras



DIETA AJA EN HIDRATOS DE CARBONO

• INDICACIONES

los hidratos de carbono se modifican reduciendo a los requeridos mínimos aportando su mayor proporción de hidratos de carbono se orientan directamente a enfermedades metabólicas

• ALIMENTOS PERMITIDOS

carne pescado huevo frutas melón sandía papaya aceites grasas grasa y aceites de oliva



• ALIMENTOS NO PERMITIDOS

granos legumbres frutas panes dulces fideos verduras semillas frutos secos



DIETA BRAD O BRADY

INDICACIONES

inició con el fin de detener la diarrea en pacientes con sida no debe de mantenerse por más de 48 horas para pacientes con diarrea aguda

ALIMENTOS PERMITIDOS

yogur plátano pan tostado manzana y frutas



ALIMENTOS NO PERMITIDOS

alimentos de origen animal
leguminosas ,aceites, azúcar,
verduras



DIETA MODIFICADA EN TIPO CANTIDAD DE LÍPIDOS

• INDICACIONES

es un tratamiento para la baja del colesterol y baja en grasas saturadas puede ser utilizada a nivel prevención pero también para los indicios en patología cardiovasculares metabólicas y dislipidemia

• ALIMENTOS PERMITIDOS

leche descremada yogurt sin grasa requesón sin grasa helado sin grasa todo sin grasa



• ALIMENTOS NO PERMITIDOS

galletas, conejos, pollos, vacas, postres ,aperitivos, carnes ,harinas panes, pavo y huevo



DIETA HIPER LIPÍDICA

• INDICACIONES

incrementa los ácidos grasos monosaturados y poliinsaturados son nutrientes claves a elevar no es una dieta común pero es utilizable para prevenir los parámetros de dislipidemia

• ALIMENTOS PERMITIDOS

ácidos grasos mono insaturados
vegetales frutas cereales pan harina
integral



• ALIMENTOS NO PERMITIDOS

conserva en aceite salsas
comerciales frutos secos
legumbres café y naranja



DIETA CETOGENICA

• INDICACIONES

es muy utilizada para el control de peso y enfermedades epilépticas y obesidad mórbida debe usarse por lapso no mayor a 6 semanas usadas en obesidad mórbida y epilepsia

• ALIMENTOS PERMITIDOS

lácteos verduras mayonesa crema soya carne jugosa vena avellanas



• ALIMENTOS NO PERMITIDOS

frutas leguminosas azúcares botanas aceites y grasas azúcar refrescos y frituras



DIETA BAJA EN PURINAS

INDICACIONES

se usa de forma secundaria para pacientes que no eliminan el ácido úrico los alimentos deben tener un bajo contenido en purinas para cuando el cuerpo no las puede desechar

ALIMENTOS PERMITIDOS

lechuga verduras frutas cereales carne blancas manzana pera y plátano frutas



ALIMENTOS NO PERMITIDOS

carnes rojas sabritas refresco
leche huevo lácteos yogur
leguminosas semillas

Come menos

- ➔ Mariscos
- ➔ Hígado
- ➔ Bebidas alcohólicas
- ➔ Bebidas sin alcohol

DIETA HIPERSODICA

INDICACIONES

dieta que prioriza la cantidad de elevada del consumo de alimentos altos en sodio y se utiliza en pacientes con hiponatremia debe de ser muy poca duración

ALIMENTOS PERMITIDOS

agua leche carne legumbres frutas verduras aceite de oliva guisos



ALIMENTOS NO PERMITIDOS

sal congelados conservas manteca mantequilla grasa mostaza patatas conej



Bibliografía

Universidad del sureste. 2023

Antología de Introducción a la nutrición. PDF.

f53ddc49824f733a92db103db3b2f434-LC-

%20INTRODUCCI%C3%93N%20A%20LA%20NUTRICI%C3%