



**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 MODIFICACIONES EN RESIDUOS O FIBRA

- INDICACIONES

forman parte de las cs fecales dejan el mínimo residuo de material fecal sin digerir se indica en pacientes que deben mantener el colon en reposo es decir el mínimo volumen fecal

- 
- 
- 
- ALIMENTOS PERMITIDOS

lácteos yogur pollo jamón manzana pera arroz maíz girasol zanahoria



- 
- 
- 
- 
- ALIMENTOS NO PERMITIDOS

cerdo res pescado huevo avena pan bolillo frijol lenteja miel azúcar dulces



# 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 HIPOPROTEICA

- INDICACIONES

la dieta debe cubrir el resto de los nutrientes y también se debe de cuidar el aporte de kilocalorías los alimentos autorizados serán de origen vegetal predominante y de origen animal pero con muy menor cantidad

- 
- 
- 
- ALIMENTOS PERMITIDOS

carnes pescado pollo huevo hígado chicharrón frutas verduras



- 
- 
- 
- 
- ALIMENTOS NO PERMITIDOS

cereales galletas pasteles camote papá pastas pan dulce



# DIETA HIPERPROTEICA

## • INDICACIONES

esta requiere un consumo mayor a incrementar el trabajo del riñón se usa para pacientes que se encuentran en autoconsumo y la proteína se requiere en cantidades mayores

## • ALIMENTOS PERMITIDOS

pescado quesos leche zanahoria espinaca lechuga berro leche y yogur



## • ALIMENTOS NO PERMITIDOS

pasta arroz pan y alimentos que contengan carbohidratos



# 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
- Higado
- 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%