

**UNIVERSIDAD DEL SURESTE**

**POR: MARCIA SOFIA HERNANDEZ MORALES**

**L.N DANIELA MONSERRAT MENDEZ GUILLEN**

**ASIGNATURA: INTRODUCCION A LA NUTRICION**

**TIPO DE TRABAJO: CUADRO SINOPTICO**

**LICENCIATURA EN NUTRICION**

**1er. CUATRIMESTRE**

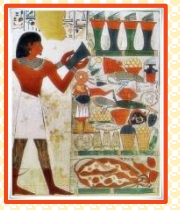


# DEFINICION DE DIETA

Se entiende todo alimento ingerido en un lapso de 24 horas, que incluye los hábitos alimentarios, técnicas de cocción y cantidades.

## ORIGENES

El concepto proviene del griego *díaita*, que significa "modo de vida". La dieta, por lo tanto, resulta un hábito y constituye una forma de vivir.



## UTILIZACION

Las dietas se utilizan para el tratamiento y prevención de diversas patologías (dieta terapia) y para adaptar la alimentación a diversas situaciones fisiológicas.



## DIETAS HUMANAS CONTEMPORANEAS

### DIETA OMNIVORA

Cuando se consumen alimentos de origen animal y vegetal.

### DIETA CARNIVORA

Si los alimentos de procedencia animal son los predominantes.

### DIETA VEGETARIANA

Cuando no se consume carnes de ningún tipo. Existen diferentes tipos de vegetarianismo.

# LEYES DE LA ALIMENTACION

Las leyes de la alimentación son condicionantes para establecer una dieta correcta para cada paciente de forma individualizada.

## CUALITATIVAS

Se refiere a todas las cualidades no medibles numéricamente en la dieta de los pacientes.

- Completa
- Variada
- Inocua
- Adecuada

## CUANTITATIVAS

Hace referencia a la cantidad

- Suficiente
- Equilibrada



# DIETOTERAPIA



Disciplina que pertenece al ámbito de la dietética. Se enfoca en el estudio de la combinación óptima de nutrientes y la identificación de los aspectos claves para prevenir, tratar o curar algunas enfermedades.

## SEGÚN LA OMS

Dietoterapia es la terapia que se basa en la prevención y curación de las enfermedades o la eliminación de sus síntomas, a través de los alimentos que ingerimos o los que eliminamos.

## DETERMINACIONES MEDIANTE LA DIETOTERAPIA

Se determina los regímenes alimenticios requeridos para tratar determinadas enfermedades, una correcta combinación de alimentos o la eliminación de alguno de ellos.

## BASES DE LA DIETOTERAPIA

Se basa en la prevención y curación de las enfermedades o la eliminación de sus síntomas, a través de los alimentos que ingerimos o los que eliminamos de la dieta, no solo debe tener en cuenta las propiedades alimenticias, hay que considerar las manipulaciones y procesos a los cuales están sometidos los alimentos.

# TIPOS DE DIETAS

Existen múltiples tipos de dietas (utilizadas mayormente en el área clínica y/o hospitalaria). Se denomina dieta correcta a aquella ingesta de alimentos que ayuda a mantener, recuperar o mejorar la salud. Una dieta sana se consigue comiendo la cantidad correcta de alimentos en la proporción adecuada, con continuidad.

Los tipos de dietas se clasifican en:

**MODIFICADAS  
EN  
CONSISTENCIA**

Se emplea como tratamiento en pacientes que tienen dificultades de masticación o deglución, tanto a alimentos sólidos como líquidos.

**MODIFICADAS  
EN EL  
CONTENIDO DE  
NUTRIENTES**

Proveen los alimentos adecuados a la condición patológica y fisiológica del individuo. Tienen como finalidad ayudar a la curación de las enfermedades y/o en ocasiones son la base del tratamiento.

# DIETAS MODIFICADAS EN CONSISTENCIA



# DIETA DE LIQUIDOS CLAROS



Provee líquidos, electrolitos y energía en forma de alimentos de fácil digestión y proporciona un mínimo de residuo intestinal.

## INDICACIONES

Se utiliza en el periodo posquirúrgico inmediato, en la preparación para examen de colon o cirugía de colon y en la diarrea aguda.

## ALIMENTOS

### PERMITIDOS

Alimentos líquidos, infusiones, jugos de fruta colados, agua de fruta, nieve y paletas heladas de agua, gelatina, caldo o consomé.

### NO PERMITIDOS

Jugos de betabel, col morado, naranja, alimentos que sean rojos morados o naranjas.

# DIETA DE LIQUIDOS COMPLETOS O LIQUIDOS GENERALES



Provee líquidos, energía, proteínas, lípidos e hidratos de carbono en alimentos de fácil digestión y proporciona un mínimo de residuo intestinal.

## INDICACIONES

Se utiliza en un periodo de transición entre la alimentación de líquidos claros y la dieta suave con problemas de deglución y masticación o con problemas inflamatorios del aparato gastrointestinal.

## ALIMENTOS

### PERMITIDOS

Leche, yogurt natural, huevo, cereales cocidos no integrales, verduras cocidas y coladas, sopas, crema, caldos, consomé, margarina, helado, gelatina, jugos colados, nieves y paletas de agua, infusiones, café, aguas de sabor, caramelos, miel, azúcar, sal y pimienta (según la tolerancia).

### NO PERMITIDOS

Queso, fruta, carnes, cereales integrales.



# DIETA DE PURES



Provee una alimentación completa, está basado en alimentos en purés y papillas de diferente consistencia.

## INDICACIONES

Se utiliza en pacientes con dificultad para masticar pero que sí pueden tragar, o en pacientes con problemas esofágicos, así como en los niños pequeños y adultos mayores que hayan perdido piezas dentales.

## ALIMENTOS

### PERMITIDOS

Sopas, caldos, consomés, leche, yogurt, jugos y purés de verduras colados, jugos y néctares de frutas, cereales cocidos en puré, leguminosas en puré, puré de papa, arroz o pasta, carne o pescado, hígado, huevo tibio, mantequilla, margarina, aceite, nieve, helado, gelatina, azúcar, miel, jalea, especias y condimentos al gusto.

### NO PERMITIDOS

Frutos secos, frutas enteras, nueces, coco, bebidas con huevos crudos.

# DIETA SUAVE

La dieta suave provee una alimentación completa con alimentos sólidos de consistencia suave. Y que no presentan ningún componente que pueda provocar lesión o dolor como en el caso de las tostadas.



## INDICACIONES

Se utiliza en pacientes con cirugía de cabeza y cuello, con problemas dentales, de masticación o de deglución. También se emplea para personas con várices esofágicas.

## ALIMENTOS

### PERMITIDOS

Verduras y frutas al horno, hervidas o al vapor, y en algunos casos sin cáscara; las carnes de res y puerco molidas, el pescado y el pollo son muy útiles por la consistencia.

### NO PERMITIDOS

Los alimentos que deben evitarse son los que presentan orillas cortantes, como papas fritas, cacahuates, tostadas y bolillos.

# DIETA BLANDA



Incluye alimentos preparados con muy pocas grasas o aceites, especias y condimentos. Además, limita o elimina el café, el café descafeinado, otras bebidas que contengan cafeína y las alcohólicas, es decir, todas aquellas que son irritantes.

## INDICACIONES

Se utiliza en el periodo de transición entre el plan de consistencia líquida, la alimentación enteral, parenteral o mixta. En procesos inflamatorios del aparato gastrointestinal -como gastritis, úlcera o colitis- y cuando existe intolerancia a los lípidos.

## ALIMENTOS

### PERMITIDOS

En la dieta blanda los alimentos deben estar preparados a la plancha, hervidos, estofados, asados o al horno, con la mínima cantidad de grasa o aceite. Las especias y condimentos se deben utilizar con discreción, según la tolerancia del paciente.

### NO PERMITIDOS

Se deben excluir chiles, pimienta negra, menta, pimentón, curry, jitomate y las especias concentradas. Las bebidas alcohólicas se restringen o eliminan.

# DIETAS MODIFICADAS EN EL CONTENIDO DE NUTRIENTES



# DIETA HIPOENERGETICA



Es aquella a la que se le realiza una reducción energética del requerimiento basal del individuo, de 500 a 1000 kilocalorías diarias y por lo tanto, también en los porcentajes de macronutrientes.

## INDICACIONES

Se suele indicar para enfermedades metabólicas y/o las que resultan de complicaciones de enfermedades, como consecuencia en el consumo de fármacos: inmunosupresores y consumo de corticoides.

## ALIMENTOS

### PERMITIDOS

Alimentos con bajo contenido calórico.

### NO PERMITIDOS

Alimentos con alto contenido calórico.

# DIETA HIPERENERGETICA



Su contenido energético es más alto en kilocalorías en relación al gasto energético total recomendado.

## INDICACIONES

Se indica en situaciones muy especiales de desgaste energético y enfermedades catabólicas.

## ALIMENTOS

### PERMITIDOS

En general todos los alimentos.

### NO PERMITIDOS

Leguminosas y algunas verduras según la tolerancia, (en caso de inflamación).

# DIETA BAJA EN HIDRATOS DE CARBONO



Se caracteriza porque el contenido de hidratos de carbono se modifica reduciéndolos a los requerimientos mínimos, aportando en su mayor proporción los hidratos de carbono denominados complejos, y reduciendo los simples.

## INDICACIONES

Las características de esta dieta se orientan directamente a enfermedades metabólicas, donde los hidratos de carbono y la fibra son modificados para armonizar parámetros en sangre como lo son la glucosa y lípidos séricos.

## ALIMENTOS

### PERMITIDOS

Alimentos con alto contenido de carbohidratos complejos y fibra.

### NO PERMITIDOS

Alimentos con bajo contenido de carbohidratos simples.

# DIETAS MODIFICADAS EN RESIDUO O FIBRA



La dieta baja en residuos debe componerse de alimentos que dejen un mínimo de material sin digerir en el tubo digestivo y baja en fibras, por lo tanto, en esta dieta se reduce la cantidad de volumen fecal, que pasa a través del intestino grueso.

## INDICACIONES

Se indica en pacientes que deben mantener el colon en reposo, estudios de gabinete y enfermedades gastrointestinales.

## ALIMENTOS

### PERMITIDOS

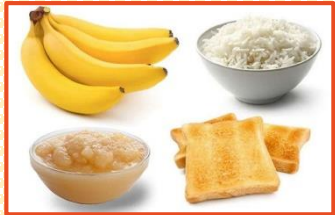
Yogurt, pollo, jamón de pavo, queso panela, manzana, pera, durazno (cocidas y sin cascara), zanahoria y chayote (cocidos), arroz, tapioca, pan tostado, papa, camote, maíz, girasol, oliva, soya y canola.

### NO PERMITIDOS

Leche entera, descremada, cerdo, res, pescado, ternera, huevo, quesos, embutidos, avena, pan dulce, bolillo, tortilla, pasteles, galletas, frijol, lenteja, haba, soya, alverjón, tocino, mayonesa, mantequilla, margarinas, azúcar, miel, refrescos jugos y alimentos industrializados.



# DIETA BRAT O BRATY (DIETA ASTRINGENTE)



Es una dieta que contiene solo 4 alimentos, de acuerdo a las letras que la conforman en inglés (banana, rice, apple, toast) plátano, arroz, manzana y pan tostado (alimentos con poder astringente).

## INDICACIONES

En pacientes con diarrea aguda. El valor nutrimental que aporta esta dieta resulta inadecuado e insuficiente debido a lo limitado de alimentos que la componen.

## ALIMENTOS

### PERMITIDOS

Yogurt, manzana, plátano, arroz y pan tostado.

### NO PERMITIDOS

Carnes, verduras, leguminosas, aceites, azúcares, todas las demás frutas y lácteos a excepción de los antes mencionados.

# DIETA MODIFICADA EN TIPO Y CANTIDAD DE LIPÍDOS (HIPOLIPIDICA)



Esta dieta está relacionada con varias patologías y además en situaciones preventivas, en la cual se deben cuidar los siguientes aspectos: 1. Baja en colesterol < 200mg 2. Baja en grasas saturadas.

## INDICACIONES

Esta dieta puede ser utilizada a nivel prevención, pero también indicada en patologías cardiovasculares, metabólicas y en dislipidemias, se refiere "a cualquier alteración en los niveles de los lípidos sanguíneos".

## ALIMENTOS

### PERMITIDOS

Alimentos con bajo contenido de lípidos.

### NO PERMITIDOS

Alimentos con alto contenido de lípidos.

# DIETA HIPERLIPIDICA



Se refiere a los alimentos con alto contenido en ácidos grasos: El incrementar los ácidos grasos mono y poliinsaturados se debe vigilar, es por eso que en seguida se mencionan los alimentos ricos en estos ácidos grasos monoinsaturados (omega 3) y poliinsaturados (omega 9).

## INDICACIONES

Indicada para pacientes con antecedentes de dislipidemia.

## ALIMENTOS

### PERMITIDOS

Alimentos con omega 3 y omega 9.

### NO PERMITIDOS

Alimentos con bajo contenido de ácidos grasos.

# DIETA CETOGENICA



Es una dieta muy controvertida, por la gran cantidad de grasa que proporciona, es baja en hidratos de carbono y resulta desequilibrada en vitaminas y minerales.

## INDICACIONES

Indicadas para casos de obesidad mórbida y epilepsia.

## ALIMENTOS

### PERMITIDOS

Leche entera, yogurt natural, carne con grasa de res, cerdo, pollo, pescado, huevo entero, jamón, chicharrón, vísceras, quesos, verduras, soya, girasol, canola, oliva, manteca, tocino, mayonesa, crema, margarina, mantequilla, embutidos, aguacate, aceitunas, chía, linaza, grasa con proteínas.

### NO PERMITIDOS

Leche semidescremada, descremada, frutas, cereales, azúcares y botanas.

# DIETA HIPOPROTEICA



El requerimiento para las funciones corporales para una persona adulta de proteína va de 0.8g a 1g por kilo/día y debe guardar una relación de 60% de origen animal, 40% origen vegetal para garantizar el consumo de aminoácidos esenciales, cuando estas cantidades no se cubren se considera hipoproteica.

## INDICACIONES

Indicada para personas con enfermedades renales y del hígado.

## ALIMENTOS

### PERMITIDOS

Vegetales y carnes.

### NO PERMITIDOS

Alimentos en general a excepción de las carnes y los vegetales.

# DIETA HIPERPROTEICA



Cuando el consumo sobrepasa a 1g /kg/día de proteínas, se considera que es una dieta hiperproteica, debe ser muy vigilada debido a que se incrementa el trabajo del riñón.

## INDICACIONES

Se indica en pacientes que se encuentran en hipercatabolismo, por lo que los requerimientos de proteína se requieren en cantidades mayores.

## ALIMENTOS

### PERMITIDOS

Alimentos con hidratos de carbono y lípidos.

### NO PERMITIDOS

Alimentos ausentes de hidratos de carbono y lípidos.

# DIETA BAJA EN PURINAS



Es aquella en la que los alimentos permitidos tienen un bajo contenido de purinas, sustancias que se encuentran en los alimentos, además, el cuerpo las produce naturalmente, estas son degradadas y convertidas en ácido úrico, el cual debe eliminarse.

## INDICACIONES

Se indica cuando se presenta de forma primaria por consumo excesivo de alimentos productores de ácido úrico, o de forma secundaria en pacientes que por alguna patología no eliminan este producto.

## ALIMENTOS

### PERMITIDOS

Frutas y cereales, así como carnes blancas, alimentos con bajo contenido de purinas y normal aporte de macronutrientes y micronutrientes.

### NO PERMITIDOS

Alimentos con alto contenido de purinas.

# DIETA HIPOSODICA



Es una dieta que controla la ingestión de sodio para mantener el estado de hidratación a fin de impedir la retención de líquidos.

## INDICACIONES

Indicada para pacientes con retención de líquidos.

## ALIMENTOS

### PERMITIDOS

Alimentos con bajo contenido de sodio.

### NO PERMITIDOS

Alimentos con alto contenido de sodio.



# DIETA HIPERSODICA



Dieta que prioriza la cantidad elevada del consumo de alimentos altos en sodio y generalmente se utiliza para pacientes con hiponatremia, es de muy corta duración.

## INDICACIONES

Indicada para pacientes con padecimientos de hiponatremia.

## ALIMENTOS

### PERMITIDOS

Alimentos altos en sodio.

### NO PERMITIDOS

Alimentos bajos en sodio.

# DIETA INSUFICIENTE, MALNUTRICION Y DESNUTRICION



Una dieta que resulte inadecuada para cubrir las necesidades del organismo pronto determinara el deterioro en la aptitud para el ejercicio cuando el ingreso calórico diario se reduce, la producción de trabajo voluntario disminuye proporcionalmente.

## DIETA INSUFICIENTE

Una dieta por debajo de lo normal causa disminución en el rendimiento de los sistemas fisiológicos, especialmente en los mecanismos para el aporte de oxígeno y la eliminación de los desechos metabólicos.

## MALNUTRICION



Es el estado que aparece como resultado de una dieta desequilibrada, en la cual hay nutrientes que faltan, o de los cuales hay un exceso, o cuya ingesta se da en la proporción errónea. La malnutrición ocurre cuando el cuerpo no obtiene suficientes nutrientes las causas son una dieta deficiente, trastornos digestivos y otras enfermedades.

## SINTOMAS

Los síntomas son fatiga, mareos y pérdida de peso. La desnutrición no tratada puede causar retraso mental o incapacidad física.

## DESNUTRICION



Se llama desnutrición a un estado patológico de distintos grados de seriedad y de distintas manifestaciones clínicas causadas por la asimilación deficiente de alimentos por el organismo.

## CAUSAS

Puede ser causada por la mala ingestión o absorción de nutrientes también por una dieta inapropiada como hipocalórica o hipoproteica, tiene influencia en las condiciones sociales o psiquiátricos de los afectados.

## LUGARES DONDE SE PUEDE APRECIAR

Ocurre frecuentemente entre individuos de bajos recursos y principalmente en niños de países subdesarrollados la diferencia entre esta y la malnutrición.

# BIBLIOGRAFIA

- \*<https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.gocongr.com%2Fdiagrama%2F32915066%2Fdietas-modificadas-en-consistencia&psig=A0vVaw3KxyDWzBjLiP9aQYDVRr1Q&ust=1699486113044000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCJi9u6Ofs4IDFQAAAAdAAAAABAE>
- \*[https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fdulcineacas.wordpress.com%2F2017%2F05%2F05%2Fdie\\_u3\\_a2\\_ducc%2F&psig=A0vVaw3GzOuXoZYIF\\_p8ZPRqYuB2&ust=1699486365180000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCJj445qGs4IDFQAAAAAdAAAAABAE](https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fdulcineacas.wordpress.com%2F2017%2F05%2F05%2Fdie_u3_a2_ducc%2F&psig=A0vVaw3GzOuXoZYIF_p8ZPRqYuB2&ust=1699486365180000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCJj445qGs4IDFQAAAAAdAAAAABAE)
- \*<https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fcentromedicoabccom%2Ftipos-de-dieta%2Fdieta-de-liquidos-claros%2F&psig=A0vVaw0b63vBdxUV141m9ql2L1Bk&ust=1699568527402000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCLiDnKW4tYIDFQAAAAAdAAAAABAE>
- \*<https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fescuelaorigen.lat%2Fdietoterapia-caracteristicas-tipos%2F&psig=A0vVaw3IKq7uhTksv80kK2nv9Y65&ust=1699568456311000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCND21oS4tYIDFQAAAAAdAAAAABAE>
- \*<https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fes.slideshare.net%2FGabyGonzalez729943%2Fleyes-de-la-alimentacinpptx&psig=A0vVaw21aKgxrAt19BWV51chRNwX&ust=1699568349677000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCKiauZu5tYIDFQAAAAAdAAAAABAE>
- \*<https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fes.slideshare.net%2FGabyGonzalez729943%2Fleyes-de-la-alimentacinpptx&psig=A0vVaw21aKgxrAt19BWV51chRNwX&ust=1699568349677000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCKiauZu5tYIDFQAAAAAdAAAAABAE>
- \*[https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Farqueologiadelamedicina.wordpress.com%2F2018%2F10%2F08%2Fla-primera-dieta-de-la-historia-2%2F&psig=A0vVaw2tuedx\\_QmP4HOqdQN6TSUj&ust=1699568149483000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCLDyrIm6tYIDFQAAAAAdAAAAABAE](https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Farqueologiadelamedicina.wordpress.com%2F2018%2F10%2F08%2Fla-primera-dieta-de-la-historia-2%2F&psig=A0vVaw2tuedx_QmP4HOqdQN6TSUj&ust=1699568149483000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCLDyrIm6tYIDFQAAAAAdAAAAABAE)
- \*<https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.salud.mapfre.es%2Fnutricion%2Fdieta-y-salud%2Fdieta-equilibrada%2F&psig=A0vVaw37REdOE4qplZEoegM9pDt5&ust=1699567864008000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCKCJ0qm6tYIDFQAAAAAdAAAAABAE>
- \*<https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.salud.mapfre.es%2Fnutricion%2Fdieta-y-salud%2Fdieta-equilibrada%2F&psig=A0vVaw37REdOE4qplZEoegM9pDt5&ust=1699567864008000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCKCJ0qm6tYIDFQAAAAAdAAAAABAE>

- \* <https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fes.slideshare.net%2FGabyGonzalez729943%2Fleyes-de-la-alimentacionpptx&psig=A0vVaw21aKgxrati9BWW5lchRNwX&ust=1699568349677000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCKiauZu5tYIDFQAAAAAdAAAAABAE>
- \* <https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fcentromedicoabc.com%2Ftipos-de-dieta%2Fdieta-liquidogenerales%2F&psig=A0vVaw3xma3G9PhnN5kbBuO5MIgM&ust=1699569414041000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCKjl-Mu7tYIDFQAAAAAdAAAAABAE>
- \* <https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.guiainfantil.com%2Farticulos%2Falimentacion%2Fbebés%2Frecetas-para-bebés-papillas-y-pures-para-niños%2F&psig=A0vVaw3WqBjHws21fKgWDaLYOiP&ust=1699569545161000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCICcuYq8tYIDFQAAAAAdAAAAABAJ>
- \* <https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.directoalpaladar.com%2Fsalud%2Fque-dieta-blanda-cuando-util-seguirla-17-recetas-no-sea-suplicio&psig=A0vVaw1fBOOUsU7H52pMsQPr9bYW&ust=1699569667199000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCPiH1cS8tYIDFQAAAAAdAAAAABAE>
- \* <https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.tuasaude.com%2Fes%2Fdieta-blanda%2F&psig=A0vVaw1fBOOUsU7H52pMsQPr9bYW&ust=1699569667199000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCPiH1cS8tYIDFQAAAAAdAAAAABAJ>
- \* [https://www.google.com/url?sa=i&url=http%3A%2F%2Fmanualdietasterapeuticasunadm.blogspot.com%2F2017%2F05%2Fdieta-hipoenergetica-ejemplo-de-menu.html&psig=A0vVaw32\\_ekN6\\_SUOTVvQcILBxB&ust=1699569863458000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCJjlyqK9tYIDFQAAAAAdAAAAABAE](https://www.google.com/url?sa=i&url=http%3A%2F%2Fmanualdietasterapeuticasunadm.blogspot.com%2F2017%2F05%2Fdieta-hipoenergetica-ejemplo-de-menu.html&psig=A0vVaw32_ekN6_SUOTVvQcILBxB&ust=1699569863458000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCJjlyqK9tYIDFQAAAAAdAAAAABAE)
- \* [https://www.google.com/url?sa=i&url=http%3A%2F%2Flitaunadm.blogspot.com%2F2017%2F05%2Fdieta-hiperenergetica.html&psig=A0vVaw09VAoj48BwxH4o\\_\\_IPD0f&ust=1699569966313000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCKj7ndO9tYIDFQAAAAAdAAAAABAE](https://www.google.com/url?sa=i&url=http%3A%2F%2Flitaunadm.blogspot.com%2F2017%2F05%2Fdieta-hiperenergetica.html&psig=A0vVaw09VAoj48BwxH4o__IPD0f&ust=1699569966313000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCKj7ndO9tYIDFQAAAAAdAAAAABAE)
- \* [https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.pinterest.com%2Fpin%2F333336809915503969%2F&psig=A0vVaw1MPYu5SU\\_hQbSGJ1QzQiKW&ust=1699570057826000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCOiBgP-9tYIDFQAAAAAdAAAAABAJ](https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.pinterest.com%2Fpin%2F333336809915503969%2F&psig=A0vVaw1MPYu5SU_hQbSGJ1QzQiKW&ust=1699570057826000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCOiBgP-9tYIDFQAAAAAdAAAAABAJ)
- \* <https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.clikisalud.net%2Fdieta-baja-en-residuos-que-es-y-para-que-sirve%2F&psig=A0vVaw1U76x1aLShqUO51rbbuwBl&ust=1699570168850000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCLj6uLS-tYIDFQAAAAAdAAAAABAE>
- \* [https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.entrenamiento.com%2Fnutricion%2Fdietas%2Fdieta-brat%2F&psig=A0vVaw0x7OpsI9TtXy\\_6nFxRifAL&ust=1699570284224000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCPiY8uq-tYIDFQAAAAAdAAAAABAE](https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.entrenamiento.com%2Fnutricion%2Fdietas%2Fdieta-brat%2F&psig=A0vVaw0x7OpsI9TtXy_6nFxRifAL&ust=1699570284224000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCPiY8uq-tYIDFQAAAAAdAAAAABAE)
- \* [https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3DUTMw7OoS19A&psig=A0vVaw2S0Ty1TCVNqcYXj2N7LT-J&ust=1699570402758000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCIj8vaO\\_tYIDFQAAAAAdAAAAABAN](https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3DUTMw7OoS19A&psig=A0vVaw2S0Ty1TCVNqcYXj2N7LT-J&ust=1699570402758000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCIj8vaO_tYIDFQAAAAAdAAAAABAN)
- \* [https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fedpmadrid.com%2Fblog%2Fdieta-hipercalorica%2F&psig=A0vVaw37UQi9X9ZMA2EqXX8HsKtz&ust=1699570540892000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCNDIip-W\\_tYIDFQAAAAAdAAAAABAE](https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fedpmadrid.com%2Fblog%2Fdieta-hipercalorica%2F&psig=A0vVaw37UQi9X9ZMA2EqXX8HsKtz&ust=1699570540892000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCNDIip-W_tYIDFQAAAAAdAAAAABAE)
- \* <https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fcentromedicoabc.com%2Frevista-digital%2Fcomo-funciona-la-dieta-cetogenica%2F&psig=A0vVaw0IzksQkOr6fY1FrLXQFc4&ust=1699570648093000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCOCes5jAtYIDFQAAAAAdAAAAABAE>
- \* <https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fgericulturaam8.wixsite.com%2Fadulthoodmayor%2Fcopias-de-dieta-hospitalaria&psig=A0vVaw2dfEFw1qKsJUtinBetM8aM&ust=1699570743047000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCIC31cXAtYIDFQAAAAAdAAAAABAE>

\* [https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.noticiasensalud.com%2Fnutricion-y-dietetica%2F2020%2F04%2F18%2Frepercusiones-de-las-dietas-hiperproteicas-en-la-salud%2F&psig=AOvVaw2GNzz0JtVHFgfhVUpjdJgr&ust=1699570836213000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCMDkp\\_LAtYIDFQAAAAAdAAAAABAE](https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.noticiasensalud.com%2Fnutricion-y-dietetica%2F2020%2F04%2F18%2Frepercusiones-de-las-dietas-hiperproteicas-en-la-salud%2F&psig=AOvVaw2GNzz0JtVHFgfhVUpjdJgr&ust=1699570836213000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCMDkp_LAtYIDFQAAAAAdAAAAABAE)

\* <https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fes.familydoctor.org%2Fdieta-con-bajo-contenido-de-purinas%2F&psig=AOvVaw1WEv4WZDGwZiOulR5DZGpT&ust=1699570992252000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCNiAuLzBtYIDFQAAAAAdAAAAABAE>

\* <https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fsarajimenezh.com%2Fdietas-cardiovasculares%2Fdieta-hiposodica-baja-en-sal%2F&psig=AOvVaw2-6-fteeSb8iy41juSSxyp&ust=1699571091067000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCNje3OvBtYIDFQAAAAAdAAAAABAE>

\* <https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fprezi.com%2Fp%2Fxc1sjwrl-x5c%2Fdieta-hipersodica%2F&psig=AOvVaw1CZQYH1kyFLqdZeST0wkrh&ust=1699571192094000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCLCR9ZvCtYIDFQAAAAAdAAAAABAE>

\* [https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.directoalpaladar.com%2Fsalud%2Fanalizamos-las-siete-dietas-mas-populares-del-momento-y-solo-una-no-parece-una-estafa&psig=AOvVaw1A0IRv3A\\_idHZAYhZcFs1l&ust=1699571428690000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCOjZ34zDtYIDFQAAAAAdAAAAABAE](https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.directoalpaladar.com%2Fsalud%2Fanalizamos-las-siete-dietas-mas-populares-del-momento-y-solo-una-no-parece-una-estafa&psig=AOvVaw1A0IRv3A_idHZAYhZcFs1l&ust=1699571428690000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCOjZ34zDtYIDFQAAAAAdAAAAABAE)

\* [https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Ffeacnur.org%2Fes%2Fblog%2Fconoces-los-sintomas-la-desnutricion-tc\\_alt45664n\\_o\\_pstn\\_o\\_pst&psig=AOvVaw0PdTrqvkb02a1jioAoyU&ust=1699571369255000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCJCGlvDCtYIDFQAAAAAdAAAAABAI](https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Ffeacnur.org%2Fes%2Fblog%2Fconoces-los-sintomas-la-desnutricion-tc_alt45664n_o_pstn_o_pst&psig=AOvVaw0PdTrqvkb02a1jioAoyU&ust=1699571369255000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCJCGlvDCtYIDFQAAAAAdAAAAABAI)

\* <https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.fao.org%2Fnewsroom%2Fdetail%2Furgent-action-needed-as-acute-malnutrition-threatens-millions-of-children-120123%2Fes&psig=AOvVaw0TimzIqGp5cWulFajq5aiY&ust=1699571285748000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBEQjRxqFwoTCOCRvMjCtYIDFQAAAAAdAAAAABAE>

