

# tipos de dieta

lic. Daniela  
Monserath  
Mendez guillen

Lucero Pérez  
Solórzano

Licenciatura en  
Nutrición

planeación  
dietética

Segundo  
cuatrimestre

Unidad 4  
abril 2024

# tipos de dietas



## Dieta claras, blandas

dietas recomendadas para px con problemas de deglución y problemas bucales, también es recomendado a px pre o post operatorio, problemas esofágicos, son dietas modificadas por consistencia, mayormente no se recomiendan alimentos duros, con colores como rojo o morado y alimentos que no produzcan flatulencias

## Dieta hipocalórica

dieta con valor nutritivo menos de 800kcal, indicada para px con obesidad mórbida, consumo excesivo de fármacos



## Dieta hipercalórica

permite aumentar el peso, su valor nutricional es de 3000 a 3500 kcal, con aporte de 1 a 1.5 g/ kg, dieta específica para px delgados pérdida de apetito, excesiva actividad física se recomiendan todos los alimentos dependiendo el gusto del px y la tolerancia de alimento



## Dieta hipoproteica

dieta indicada a px con enfermedades renales, ERA, requerimiento de 0.8 a 1 gm/ kg recomendar alimentos de origen vegetal (todos) y de animal con cantidades limitadas



## Dieta hiperproteica

recomendar de 1.5 a 2 g/ kg aumenta los CH y lípidos, indicado para px con hipercatabolismo, sarcopenia, desnutrición energética proteica ganancia de peso muscular, incluir todos los alimentos, de huevos solo las claras, en caso de px veganos cereales + leguminosa



## Dieta hiposódica

dieta que mantiene el estado de hidratación y prevenir retención de líquidos indicada para px hipertensos, edema

