



# Mi Universidad

*Nombre del Alumno: Zhulma Alejandra ramirez rodas*

*Nombre de la Materia: dietética*

*Nombre del profesor: Daniela*

*Nombre de la Licenciatura: NUTRICION*

*Cuatrimestre*

# Dietas terapéuticas básicas

## DIETA HIDRICA, BLANDA Y LIQUIDA

Dieta compuesta por líquidos y alimentos líquidos transparentes a temperatura ambiente.

Fáciles de ingerir como, por ejemplo

Agua, te, gelatina, caldos



## DIETA HIDRICA, BLANDA, LIQUIDA.

A base de líquidos transparentes limita tus opciones de agua, consomé y gelatina sin agregados ya que se digiere fácilmente y no dejan residuos de alimentos en el tubo digestivo

## DIETA HIPOCALORICA

Consumir alimentos bajos en calorías y aporte de nutrientes como vitaminas y minerales al organismo



### ALIMENTOS PROHIDIDOS

Carnes grasas (cordero, cerdo, pato) pescado grasos, huevos fritos, conservas con aceites, salsas comerciales, legumbres y frutos secos por causar flatulencias



Esta dieta **hipocalórica** se utiliza para adelgazar y perder peso mientras que la dieta y la **hipecalórica** se planifica en aquellas personas que pueden subir de peso o ganar masa muscular

## DIETA HIPOPROTEICA

Reducción de ingesta proteica, indicada de forma especial en la insuficiencia renal crónica para la mejora de síntomas urémicos, reducir la producción de residuos procedentes del metabolismo de proteínas



Esta dieta **hipocalórica** se utiliza para adelgazar y perder peso mientras que la dieta y la **hipecalórica** se planifica en aquellas personas que pueden subir de peso o ganar masa muscular

#### BASES DIETETICAS

Cereales, pan, panecillos, pasta, y arroz integral, frutas y verduras para ayudar a satisfacer sus necesidades calorías sin consumir mas proteínas



# DIETA HIPERPROTEICA

## DIETA HIPERPROTEICA

Es aquella en la cual se exceden las recomendaciones establecidas para los requerimientos diarios en proteína

(actualmente se acepta que el consumo sea de 0,8g/kg/día de proteínas es suficiente para cubrir los requerimientos nutricionales del adulto normal)



Consiste en una alimentación basada en una elevada ingesta de proteínas, reduciendo además el aporte

