

PORTADA

PLANEACION DIETÉTICA

SÚPER NOTA

NOMBRE DE LA
PROFESORA

DANIELA MONSERRAT MÉNDEZ
GUILLEN

NOMBRE DE LA ALUMNA

JAZMIN ALEJANDRA AGUILAR
HERNANDEZ

LICENCIATURA EN
NUTRICIÓN

2DO. CUATRIMESTRE

DIETAS TERAPEUTICAS
BÁSICAS

 **UDS**
Mi Universidad

DIETA HÍDRICA ,LIQUIDA Y BLANDA.....

SÚPER NOTA

CONCEPTO

Es una dieta líquida completamente que se compone de líquidos y alimentos que son normalmente líquidos

[HTTPS://MEDLINEPLUS.GOV/SPANISH/ENCY/PATIENTINSTRUCTIONS/000206.HTM](https://medlineplus.gov/spanish/ency/patients/instructions/000206.htm)



BASES DIETÉTICAS

La dieta de líquidos NO puede aportar los nutrientes y las calorías que deberían o necesitas y esta debe hacerse bajo una supervisión médica para que no exista ninguna complicación.

ALIMENTOS A UTILIZAR

1. jugos de frutas
2. yogurth
3. helado
4. caldo de sopa
5. agua
6. gelatinas
7. todos los alimentos líquidos menos, los sólidos.

DIETA HIPOCALÓRICA.....

CONCEPTO

La Dieta Hipocalórica se caracteriza por ser una dieta o régimen dietético bajo en calorías. Es decir, consiste en aplicar una restricción calórica diaria o reducir la ingesta de alimento que aportan calorías.

[HTTPS://WWW.TOPDOCTORS.MX/DICCIONARIO-MEDICO/DIETA-HIPOCALORICA/#CUIDADOS](https://www.topdoctors.mx/diccionario-medico/dieta-hipocalorica/#CUIDADOS)

BASES DIETÉTICAS

Después de terminar una Dieta Hipocalórica es importante no volver a los malos hábitos alimentarios que originaron la subida de peso.

La Dieta Hipocalórica controla y elimina de la dieta aquellos alimentos que engordan y no aportan interés nutricional (como los azúcares y las grasas), diseñando un plan alimenticio en la proporción y cantidad adecuadas al perfil del paciente.



ALIMENTOS A UTILIZAR

Frutas y verduras de temporada, lácteos desnatados, pan, arroz, cereales, galletas integrales, carnes de cortes magros, pescados blancos y azules y huevo.

DIETA HIPERCALORICA.....

SÚPER NOTA

CONCEPTO

La dieta hipercalórica no sólo es una dieta alta en calorías.

es una dieta pensada para lograr un aumento de peso, mejorando la calidad y cantidad de lo que se come.



[HTTPS://NUSANNUTRICION.COM/DIETA-HIPERCALORICA/](https://nusanutricion.com/dieta-hipercalorica/)

BASES DIETETICAS

Existen varias condiciones que hacen que un paciente decida seguir una dieta hipercalórica, algunas de ellas son metabolismo rápido o alguna enfermedad o condición que le dificulte la subida de peso.

ALIMENTOS A UTILIZAR

Plátano, aguacate y coco

Frutos secos

Cereales y derivados

huevos, carne y pescado

DIETA HIPOPROTEICA.....

Son aquellas que limitan el aporte de proteínas al organismo....

Las dietas hipoproteica deben estar estrechamente vigiladas en periodo de crecimiento (NIÑOS) Y EMBARAZO.

BASES DIETETICAS

Se disminuye la cantidad de proteínas y se utiliza en caso de insuficiencia renal Y hepática.

Sin gluten: esta dieta se utiliza en pacientes celíacos que no pueden ingerir gluten, una proteína presente en el trigo, cebada, y centeno.

<https://www.familiasga.com/blog/dieta-hipoproteica/#:~:text=Los%20cereales%20pastas%20pan%20que%20son%20bajos%20en%20prote%C3%ADnas.>

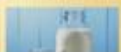
DIETA HIPOPROTEICA



INGREDIENTES
LEZANO LOZANO ESTELA KELLY
MORALES LEON SHEYLA CELINA
RODRIGUEZ ROSA
CHANGARAJAN ROSALITH
CAMARA EFRELA
GAGLIARRE DIANA

¿ QUE SON ?

Las dietas hipoproteicas son aquellas que contienen un déficit manifiesto de proteínas. Son un riesgo para la salud, sobretodo, cuando se realizan en edades tempranas (niños)



ALIMENTOS A UTILIZAR

Los cereales, pastas, pan, arroz y harinas, estos suelen sustituir por alimentos elaborados bajos en proteínas ((hipoproteicos)).

Existen productos sustitutos de nuevo y sucedáneos de leche para poder hacer diferentes preparados, y también podemos contar con quesos veganos, leches vegetales son bajas en proteína

DIETA HIPERPROTEICA.....

SÚPER NOTA

CONCEPTO

es aquella que ingiere una cantidad mayor de proteína que las Ingestas diarias recomendadas (IDR). Aunque estas IDR sean distintas en función del organismo que las define. Por ejemplo, la Organización Mundial de la Salud (OMS) aconseja un consumo de 0,83 g/kg por peso/día para adultos sanos y otros autores han consensuado una IDR de 1,0 a 1,2 g/kg por peso/día.

[HTTPS://WWW.SALUD.MADRID.ES/NUTRICION](https://www.salud.madrid.es/nutricion)



BASES DIETÉTICAS

Sólo se permite comer 72 alimentos ricos en proteínas y se le suman 28 verduras y hortalizas. Se combinan días en los que sólo se ingiere proteína con días en que se toma proteína con verduras, más 2 cucharadas de salvado de avena al día. Se aconseja realizar 30 minutos de actividad física al día. La pérdida de peso prometido es de 1 kg a la semana de promedio, y es el propio paciente quien decide durante cuánto tiempo desea hacerla. Por cada Kg que desee perder debe realizar esta fase 7 días, es decir, que si debe perder 20 Kg, realizaría esta dieta 140 semanas...

ALIMENTOS A UTILIZAR

- Huevos
- Cortes de carne más magros
- Pechugas de pollo
- Pechugas de pavo
- Frijoles y garbanzos
- Camarón
- Nueces y semillas, como semillas de calabaza, cacahuete y almendras
- Pescado, incluido el salmón
- Pan de grano germinado, como el pan Ezekiel
- Batidos de suero o proteínas vegetales
- Lentejas
- Quinoa
- Avena
- Productos lácteos, como yogur griego, leche de vaca o queso
- Verduras, incluidas las colas de Bruselas y el brócoli

DIETA HIPO SÓDICA

SÚPER NOTA

CONCEPTO

Es un tipo de régimen alimentario en el que se reduce o elimina la ingesta de sal, pues es la principal fuente del sodio que consume el ser humano.

Aunque es muy estricta en el caso de ciertas condiciones médicas, la disminución de sodio es uno de los fundamentos de una dieta adecuada



[HTTPS://CUIDATUVIDA.COM/ALIMENTACION/QUE-ES-DIETA-HIPOSODICA/](https://cuidatuvida.com/alimentacion/que-es-dieta-hiposodica/)

BASES DIETÉTICAS

Estas recomendaciones te ayudarán a reducir el consumo de sodio, según los principios de la dieta hiposódica:

- Lee las etiquetas. El sodio no solo proviene de la sal; también está en aditivos alimenticios como el glutamato monosódico, el bicarbonato de sodio, nitrito de sodio y benzoato de sodio.

Por eso, es importante revisar la información nutricional de los productos (FDA, 2020).

Ten precaución incluso con aquellos que no son salados (como pan, galletas, cereales o chocolates), ya que el sodio se usa como preservante de alimentos.

ALIMENTOS A UTILIZAR

1. carnes
2. pescados
3. huevos
4. jamon cocido bajo en sal
5. legumbres
6. patata
7. pasta
8. arroz
9. guisantes
10. frutas

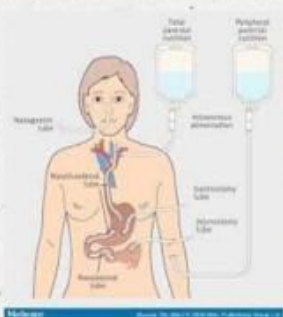
NORMAS PRÁCTICAS EN ALIMENTACIÓN ENTERAL.....

SÚPER NOTA

CONCEPTO

Es una técnica de soporte nutricional que consiste en administrar los nutrientes directamente en el tracto gastrointestinal (TGI) mediante sonda. No se acepta conceptualmente como nutrición enteral la administración oral de fórmulas artificiales.

Es obligado utilizar el TGI si es posible; en el momento actual se cuenta con fórmulas y técnica suficientes para cubrir el requerimiento



[HTTPS://WWW.AEPED.E
S/SITES/DEFAULT/FILE
S/DOCUMENTOS/5-
NUTRICION_ENTERAL.P
DF](https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/5-nutricion-enteral.pdf)

BASES DIETETICAS

1. las indicaciones específicas para la nutrición enteral son las siguientes.....

anorexia prolongada o grave
coma o depresión del sensorio
insuficiencia hepática
incapacidad de alimentarse por vía oral

ALIMENTOS A UTILIZAR

Módulos de alimentación

hay productos comercialmente disponibles que contienen un solo nutriente, como proteínas, grasas o HC.

formulación poliméricas ((incluidos alimentos licuados y formulación comercial)).



**NUTRICION
ENTERAL**

Susana Belida Rusterazo
FIR 3º año
HU San Cecilio (Granada)