



Super Nota

Nombre del Alumno: David Enrique Bravo Soto

Nombre de la Materia : Planeación Dietética

Nombre del profesor: Daniela Monserrat Méndez Guillen

Nombre de la Licenciatura: Nutrición

Segundo Cuatrimestre

Fecha de elaboración: 04 de abril de 2024

UNIDAD IV DIETAS TERAPÉUTICAS BÁSICAS.

Dieta hídrica.

La dieta hídrica consiste en solo beber agua y se utiliza antes de ciertos procedimientos médicos o en situaciones donde se necesita evitar cualquier ingesta de alimentos sólidos o líquidos. No aporta calorías ni nutrientes sólidos al cuerpo.



Dieta líquida

La dieta líquida implica consumir alimentos y líquidos en forma líquida a temperatura ambiente. Se usa en preparación para procedimientos médicos o en enfermedades gastrointestinales. Los alimentos comunes son caldos claros, jugos, gelatinas y batidos.

Dieta blanda

La dieta blanda incluye alimentos suaves y fáciles de digerir. Se utiliza después de cirugías o en problemas digestivos. Se compone de sopas, purés, carnes magras y verduras cocidas.



PLAN ALIMENTICIO DE 1500 CALORÍAS PARA PERDER PESO

COMIDA 1. DESAYUNO
CLARAS DE HUEVO (100gr.)
1 HUEVO MEDIANO (54gr.)
2 TOSTADAS INTEGRALES
1 TAZA DE CAFÉ

COMIDA 2. ALMUERZO
SALMÓN CRUDO (150gr.)
PATATA HERVIDA (cruda 200gr.)
ESPÁRRAGOS (200gr.)

COMIDA 3. PRE-ENTRENAMIENTO
YOGUR GRIEGO 0% (200gr.)
FRUJAS (30gr.)
10 ALMENDRAS CRUDAS

COMIDA 4. CENA
PIE DE POLLO (crudo 150gr.)
ARROZ INTEGRAL (cocido 200gr.)
JUDIAS VERDES (200gr.)
ACEITE DE OLIVA (3gr.)

Dieta hipocalórica.

La dieta VLCD es baja en calorías, alta en proteínas, baja en grasas y moderada en carbohidratos, pero su uso prolongado tiene riesgos.



Dieta hiperproteica.

La dieta hiperproteica excesiva puede causar acidosis metabólica y problemas óseos. La cantidad ideal varía según la edad y condición médica.



Carnes <ul style="list-style-type: none">❑ Toda la carne se permite (blanca o roja), excepto el hígado❑ No incluir relleno cuando se cocina o empanado❑ Leer la etiqueta para obtener información de los hidratos de carbono de la carne en lata	Huevo <ul style="list-style-type: none">❑ De todas las maneras en que se puedan preparar
Pescado <ul style="list-style-type: none">❑ Todos los tipos de pescado❑ Mariscos (las ostras tienen algunos carbohidratos)	Grasas <ul style="list-style-type: none">❑ La mantequilla, la mayonesa, la crema, la margarina, de hecho, toda la grasa se permite
	Queso <ul style="list-style-type: none">❑ Solo hasta 50 gramos por día



Dieta hiposódica leve:

- 1.500 – 2.000 mg/día
- Alimentos prohibidos:

Dieta hiposódica.

La dieta hiposódica reduce sodio, vital para tratar edemas e hipertensión. Clasificada en estándar, estricta y severa. Equilibrio nutricional esencial.

Dieta hipoproteica.

La dieta hipoproteica reduce proteínas, crucial en diálisis, pero más proteína es necesaria para contrarrestar pérdidas. Recomendaciones: 0.6-0.8 g/kg/día para la población general y 1.1-1.3 g/kg/día para pacientes en diálisis.

¿Qué es la dieta hipoproteica?

Esta dieta se corresponde, con algunas modificaciones, a la dieta equilibrada y saludable recomendada a toda persona adulta y sana con peso normal. Se fundamenta en la variedad de alimentos, la regularidad en el número de comidas, el control de cantidades requeridas para mantener un peso normal.

Dieta hipoproteica

¿De qué trata?

Se puede recomendar una dieta hipoproteica para tratar de ralentizar la progresión de la enfermedad renal hacia la insuficiencia renal. Si bien no se sabe si las dietas hipoproteicas pueden ralentizar la progresión de las enfermedades renales y retrasar la necesidad de comenzar la diálisis.

Normas prácticas en alimentación enteral.

La alimentación enteral proporciona nutrientes a través de una sonda para pacientes incapaces de comer normalmente. Se usa con diferentes sondas.

Alimentación asistida:

Tipos de alimentación:

- Enteral: es una técnica de soporte nutricional que consiste en administrar los nutrientes directamente en el tracto gastrointestinal mediante sonda u otros instrumentos o materiales.

