



## **Tablas de dietas**

*Javier Jiménez Ruiz*

*Cuarto Parcial*

*Nutrición*

*Lic. Daniela Monserrat Méndez Guillén*

*Licenciatura en Medicina Humana*

*3° "A"*

*Comitán de Domínguez, Chiapas; a 29 de junio de 2024*



## **DIETA:**

**ALIMENTACIÓN NORMAL**

## **CARACTERÍSTICAS:**

**SIN MODIFICACIONES**

## **INDICACIONES:**

**NINGUNA MODIFICACIÓN EN LA PREPARACIÓN Y SE REFIERE AL CONJUNTO DE ALIMENTOS Y PLATILLOS QUE SE CONSUMEN A DIARIO, EN PERSONAS SANAS, COMO ENFERMAS QUE NO REQUIERAN MODIFICACIÓN.**

### **ALIMENTOS PERMITIDOS:**

Alto contenido en fibra:

- \*Frutas
- \*Verduras
- \*Cereales integrales
- \*Leguminosas

### **ALIMENTOS NO PERMITIDOS:**

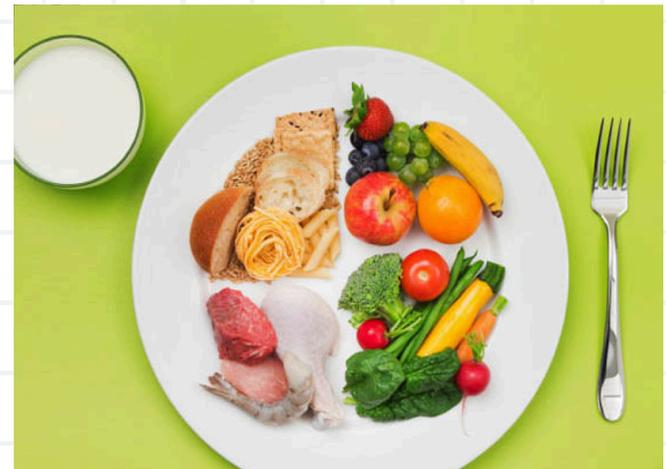
No hay muchas restricciones, base para modificar la alimentación baja en sodio

## **DIETAS ENTERALES:**

Polimérica/ Semielementales  
Elemental o hidrolizada

## **DIETAS PARENTERALES:**

Vía: Periférica, Central,  
Percutánea.





**DIETA:** **ALIMENTACIÓN MODIFICADA EN CONSISTENCIA**

**CARACTERÍSTICAS:** **DIETA DE LÍQUIDOS CLAROS**

**INDICACIONES:** En periodo posquirúrgico inmediato para examen o cirugía de colon y diarrea aguda

**ALIMENTOS PERMITIDOS:**

Alimentos líquidos  
\*Infusiones  
\*Jugo de fruta colado  
\*Nieve  
\*Paletas helada de agua  
\*Gelatina  
\*Consomé

**ALIMENTOS NO PERMITIDOS:**

\*Ningún tipo de quesos  
\*Carnes  
\*Cereales  
\*Verdura cruda o cocida  
\*Harinas

**DIETAS ENTERALES:** Polimérica/ Semielementales  
Elemental o hidrolizada

**DIETAS PARENTERALES:** Vía: Periférica, Central,  
Percutánea.





## DIETA:

**ALIMENTACIÓN MODIFICADA EN CONSISTENCIA**

## CARACTERÍSTICAS:

**DIETA DE LÍQUIDOS GENERALES**

## INDICACIONES:

Provee energía, lípidos e hidratos de carbono de fácil digestión, para un periodo de transición entre dieta de líquidos claros y dieta suave.

### ALIMENTOS PERMITIDOS:

En base de líquidos:

- \*Leche
- \*Yogurt natural
- \*Jocoque
- \*Huevo
- \*Cereales cocidos no integrales
- \*Verduras cocidas
- \*Sopas (Cremas, Consomé)
- \*Gelatina, miel, azúcar

### ALIMENTOS NO PERMITIDOS:

- \*Quesos
- \*Cereales secos (Nuez, Almendra)
- \*Verduras crudas

## DIETAS ENTERALES:

Polimérica/ Semielementales  
Elemental o hidrolizada

## DIETAS PARENTERALES:

Vía: Periférica, Central,  
Percutánea.





## DIETA:

## ALIMENTACIÓN MODIFICADA EN CONSISTENCIA

## CARACTERÍSTICAS:

### DIETA DE PURÉS

## INDICACIONES:

Alimentos de diferente consistenci, en px con dificultad para masticar o deglutir, con problemas esofágicos que no toleran alimentos sólidos

### ALIMENTOS PERMITIDOS:

En consistencia:

- \*Sopas/Consomé
- \*Jugos
- \*Puré de verdura colado
- \*Néctar de fruta
- \*Cereales cocidos
- \*Puré (Papa, Arroz, Pasta)
- \*Carne o pescado
- \*Jalea

### ALIMENTOS NO PERMITIDOS:

- \*Carne dura
- \*Crema ácida
- \*Embutidos
- \*Alimentos fritos

## DIETAS ENTERALES:

Polimérica/ Semielementales  
Elemental o hidrolizada

## DIETAS PARENTERALES:

Vía: Periférica, Central,  
Percutánea.





## DIETA:

**ALIMENTACIÓN MODIFICADA EN CONSISTENCIA**

## CARACTERÍSTICAS:

**DIETA SUAVE**

## INDICACIONES:

Alimentación completa con alimentos sólidos en consistencia suave, utilizada en px con cx de cabeza y cuello, con problemas dentales, de masticación o deglució, para px con várices esofágicas

### ALIMENTOS PERMITIDOS:

- \*Verduras al horno
- \*Verduras al vapor
- \*Verduras hervidas
- \*Alimentos sin cáscara
- \*Carnes molidas
- \*Pescado, Pollo.

### ALIMENTOS NO PERMITIDOS:

- Orillas cortantes:
- \*Papas fritas
  - \*Cacahuates
  - \*Tostadas
  - \*Bolillos

## DIETAS ENTERALES:

Polimérica/ Semielementales  
Elemental o hidrolizada

## DIETAS PARENTERALES:

Vía: Periférica, Central,  
Percutánea.



**DIETA:****ALIMENTACIÓN MODIFICADA EN CONSISTENCIA****CARACTERÍSTICAS:****DIETA BLANDA****INDICACIONES:**

Alimentos con muy pocas grasas, especias y condimentos.  
En periodo de transición entre líquidos y alimentos enteral, parenteral y mixta.

**ALIMENTOS PERMITIDOS:**

Alimentos a la plancha, hervidos, horno.  
Bebidas que contienen cafeína, cocoa, té negro, gaseosas  
(A discreción/tolerancia)

**ALIMENTOS NO PERMITIDOS:**

\*Irritantes  
\*Especias  
\*Condimentos  
(Chile, pimienta, menta,  
pimienton, curry, jitomate)

**DIETAS ENTERALES:**

Polimérica/ Semielementales  
Elemental o hidrolizada

**DIETAS PARENTERALES:**

Vía: Periférica, Central,  
Percutánea.





**DIETA:** **ALIMENTACIÓN MODIFICA EN EL CONTENIDO DE NUTRIMENTOS**

**CARACTERÍSTICAS:** **PLAN DE ALIMENTACIÓN HIPOENERGÉTICO**

**INDICACIONES:**

Producir un balance energético negativo y en consecuencia una disminución de peso. Se emplea en sujetos adultos que deben reducir su peso corporal porque tienen un exceso de grasa corporal o con un índice de masa corporal mayor a 25.

**ALIMENTOS PERMITIDOS:**

- \*Naranja, Durazno
- \*Queso panela
- \*Nopal
- \*Calabacitas

**ALIMENTOS NO PERMITIDOS:**

- \*Bebidas alcohólicas
- \*alimentos en alto contenido de azúca y grasa
- \*Carnes (cordero, cerdo, pato)
- \*Huevos fritos
- \*Legumbres
- \*Frutos secos

**DIETAS ENTERALES:** **Moduladores**

**DIETAS PARENTERALES:**

Vía: Periférica, Central, Percutánea.





## DIETA:

**ALIMENTACIÓN MODIFICA EN EL CONTENIDO DE NUTRIMENTOS**

## CARACTERÍSTICAS:

**PLAN DE ALIMENTACIÓN HIPERENERGÉTICO**

## INDICACIONES:

Aumento en la recomendación de energía se utiliza para lograr un balance energético positivo, de modo que el sujeto aumente de peso.

### ALIMENTOS PERMITIDOS:

- \*Lácteos
- \*AOA
- \*Frutas y Verduras
- \*Leguminosas
- \*Aceites.

### ALIMENTOS NO PERMITIDOS:

Bajo aporte energético

## DIETAS ENTERALES:

**Moduladores**

## DIETAS PARENTERALES:

Vía: Periférica, Central, Percutánea.





## DIETA:

**ALIMENTACIÓN MODIFICA EN EL CONTENIDO DE NUTRIMENTOS**

## CARACTERÍSTICAS:

**PLAN DE ALIMENTACIÓN MODIFICADO EN HIDRATOS DE CARBONO**

## INDICACIONES:

Herramienta útil para el tratamiento de diferentes patologías como enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), diabetes mellitus (DM) y epilepsia.

### ALIMENTOS PERMITIDOS:

- \*Leche descremada
- \*Yogurt light
- \*Pollo, res, ternera, cerdo, pescado
- \*Frutas menos 10% HC
- \*Todas las verduras

### ALIMENTOS NO PERMITIDOS:

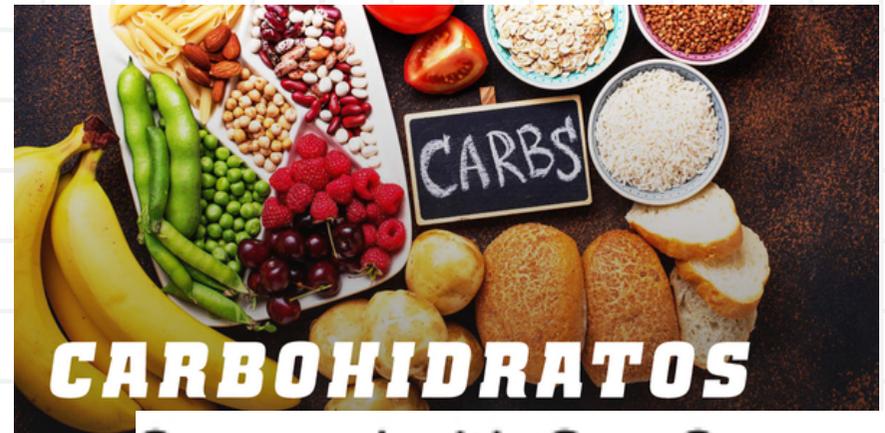
- \*Yogurt y leche entera
- \*Embutidos
- \*No recomendar del 20% HC
- \*Ninguna
- \*Papa, camote, pan dulce, pasteles

## DIETAS ENTERALES:

**Moduladores**

## DIETAS PARENTERALES:

Vía: Periférica, Central, Percutánea.



**CARBOHIDRATOS**

Scanned with CamScanner





## DIETA:

**ALIMENTACIÓN MODIFICA EN EL CONTENIDO DE NUTRIMENTOS**

## CARACTERÍSTICAS:

**PLAN DE ALIMENTACIÓN MODIFICADO EN EL CONTENIDO DE LACTOSA**

## INDICACIONES:

Alimentación libre de lactosa se utiliza en personas que presenten: flatulencia, dolor abdominal y diarrea asociados a la ingestión de productos que contengan lactosa.

### ALIMENTOS PERMITIDOS:

- \*Pescado con espinas
- \*Brócoli
- \*Hortalizas verdes
- \*Naranja
- \*Almendra
- \*Productos con calcio

### ALIMENTOS NO PERMITIDOS:

- \*Leche entera
- \*Evaporada o condensada
- \*Quesos frescos
- \*Yogurt

**DIETAS ENTERALES:** Moduladores

## DIETAS PARENTERALES:

Vía: Periférica, Central, Percutánea.



**DIETA:****ALIMENTACIÓN MODIFICA EN EL CONTENIDO DE NUTRIMENTOS****CARACTERÍSTICAS:****PLAN DE ALIMENTACIÓN HIPOPROTEÍNICO****INDICACIONES:**

La ingesta de proteínas se debe controlar para prevenir el exceso de catabolitos de nitrógeno en la sangre y lograr un balance de nitrógeno positivo o en equilibrio.

Grupo de alimentos	Permitidos	No permitidos
Lácteos	Leche entera, descremada, todo tipo de quesos y yogurt	
Alimentos de origen animal	Todos tipo pollo, pescado, res Huevo, queso panela, requesón y cottage	
Fruta	Todas	Ninguna
Verduras	Todas	Ninguna
Cereales	Arroz, avena, tapioca, bolillo, tortilla, pan de caja, pan dulce papa, camote	
Leguminosas	Lenteja, haba, alverjón, frijol, garbanzo	Ninguna
Aceites y grasas	De oliva, canola, girasol, soya, crema	Tocino, longaniza, chorizo, mayonesa, margarinas, mantequilla, manteca
Azúcares	Azúcar, miel, ate	Ninguna
Otros		Alimentos industrializados (papas, chicharrones, etc.)

**DIETAS ENTERALES:****Moduladores****DIETAS PARENTERALES:**

Vía: Periférica, Central, Percutánea.



## DIETA:

## ALIMENTACIÓN MODIFICA EN EL CONTENIDO DE NUTRIMENTOS

## CARACTERÍSTICAS:

### PLAN DE ALIMENTACIÓN HIPERPROTEÍNIC

## INDICACIONES:

La ingestión de proteínas en la dieta se debe aumentar cuando se requiere lograr un balance positivo de nitrógeno en pacientes hipercatabólicos o con pérdida masiva de proteínas por orina.

Grupo de alimentos	Permitidos	No permitidos
Lácteos	Leche entera, descremada y yogurt	
Alimentos de origen animal	Res, pollo, pescado, mariscos, huevo, jamón de pavo y todo tipo de quesos	
Fruta	Todas	Ninguna
Verduras	Todas	Ninguna
Cereales	Arroz, avena, tapioca, bolillo, tortilla, y pan de caja, pan dulce, papa, camote	
Leguminosas	Lenteja, haba, alverjón, soya, frijol	
Aceites y grasas	Girasol, oliva, soya, canola Grasa con proteína (oleaginosas) nuez, almendras y cacahuates, pepitas, avellanas, piñones, pistaches, nuez de la india Aceitunas, chia, linaza y aguacate	Tocino, longaniza, chorizo, mayonesa, margarinas, mantequilla, botanas industrializadas (papas, chicharrones, etc.)
Azucares	Azúcar, miel, mermeladas, cajeta	Ninguna

## DIETAS ENTERALES:

### Moduladores

## DIETAS PARENTERALES:

Vía: Periférica, Central, Percutánea.





## DIETA:

## ALIMENTACIÓN MODIFICA EN EL CONTENIDO DE NUTRIMENTOS

## CARACTERÍSTICAS:

## PLAN DE ALIMENTACIÓN MODIFICADO EN EL CONTENIDO DE LÍPIDOS

## INDICACIONES:

Se utilizan para reducir los lípidos séricos y en pacientes con hiperlipidemias y problemas cardiovasculares. Las dietas bajas en lípidos se usan para disminuir los síntomas de esteatorrea por mala absorción de lípidos

Grupo de alimentos	Permitidos	No permitidos
<b>Lácteos</b>	Leche descremada y yogurt light	Entera, quesos grasos
<b>Alimentos de origen animal</b>	Solo sin grasa (partes magras), pollo, pescado, res Clara de huevo, queso cottage y requesón, jamón de pechuga de pavo, pata de res, queso panela y cottage	Carne con grasa, cerdo, chorizo, longaniza, yema de huevo, mariscos, fiambres (mortadela, peperoni, salami), vísceras de res y cerdo como sesos, riñón, corazón, intestinos, quesos grasos como manchego, gouda, doble crema

Grupo de alimentos	Permitidos	No permitidos
<b>Fruta</b>	Todas (preferir las que tienen < 10% hidratos de carbono) sandía, melón, guayaba, jícama, ciruela roja, durazno	En almíbar, jugos de frutas, debido a que en el proceso se pierde la fibra.
<b>Verduras</b>	Todas	Ninguna
<b>Cereales integrales</b>	Arroz, avena, bolillo, tortilla, y pan de caja (preferir integrales)	Papa, camote, pan dulce, pasteles, panes o galletas elaborados con harina refinada y con chocolate, mermelada, cajeta, merengue o chantilly, cereales en caja ricos en azúcar
<b>Leguminosas</b>	Frijol, lenteja, haba, garbanzo, soya, alubia, alverjón	Industrializadas en polvo, en forma de harina, debido a que en el proceso pierden fibra
<b>Aceites y grasas</b>	Aceites: de oliva, canola, girasol, soya. Grasa con proteínas, (oleaginosas) nuez, almendras, cacahuates, pepitas, avellanas, piñones pistaches, nuez de la india. Aceitunas, chia, linaza, aguacate	Tocino, longaniza, chorizo, manteca, mayonesa, margarinas, mantequilla, crema, hígado o cualquier víscera, de res o cerdo, todo tipo de botanas industrializadas (papas, chicharrones, etc.).
<b>Azúcares</b>	Ninguno	Azúcar, miel, mermeladas, ate, cajetas, almíbar
<b>Otros</b>		Refrescos, jugos, bebidas alcohólicas Alimentos industrializados (papas, chicharrones, botanas)

## DIETAS ENTERALES:

# Moduladores

## DIETAS PARENTERALES:

Vía: Periférica, Central, Percutánea.



## DIETA:

# ALIMENTACIÓN MODIFICA EN EL CONTENIDO DE NUTRIMENTOS

## CARACTERÍSTICAS:

### PLAN DE ALIMENTACIÓN CON ALTO CONTENIDO DE FIBRA

## INDICACIONES:

Se utiliza como medida preventiva del cáncer de colon, la diabetes, las enfermedades cardiovasculares, la obesidad y las hiperlipidemias. También como tratamiento en el estreñimiento, la diverticulosis y las hemorroides

Grupo de alimentos	Permitidos	No permitidos
Lácteos	Leche descremada, yogurt light	Yogurt y leche entera
Alimentos de origen animal	Pollo, res, ternera, cerdo, pescado, clara de huevo, huevo completo, jamón de pavo (quitando partes grasas) Quesos panela, cottage y requesón	Embutidos (chorizo, longaniza, fiambres como mortadela, salami, peperoni ), mariscos Vísceras (sesos, riñón, corazón, hígado, intestinos de cerdo y res) Quesos grasos como manchego, gouda, doble crema
Fruta	Solo las que tengan menos del 10% del contenido de hidratos de carbono, como ciruela roja, melón, durazno, fresa, jícama	No recomendar del 20% de hidratos carbono, como plátano, higo, manzana
Verduras	Todas	Ninguna
Cereales y tubérculos	Arroz , avena, bolillo, tortilla y pan de caja integrales * Se recomienda consultar del SMAE los alimentos de grupo cereales sin grasa	Papa, camote, pan dulce, pasteles, galletas dulces y productos de repostería, elaborados con harinas refinadas y con chocolate, mermelada, cajeta, merengue o chantilly, cereales en caja ricos en azúcar
Leguminosas	Frijol, lenteja, haba, garbanzo, soya, alubia, alverjón	Industrializadas en polvo, en forma de harina, debido a que en

## DIETAS ENTERALES:

### Moduladores

## DIETAS PARENTERALES:

Vía: Periférica, Central, Percutánea.





## DIETA:

**ALIMENTACIÓN MODIFICA EN EL CONTENIDO DE NUTRIMENTOS**

## CARACTERÍSTICAS:

**PLAN DE ALIMENTACIÓN CON BAJO CONTENIDO DE FIBRA**

## INDICACIONES:

Se utiliza en padecimientos inflamatorios gastrointestinales, en la preparación de estudios clínicos y en pacientes con cirugía de colon.

### ALIMENTOS PERMITIDOS:

\*Frutas y verduras cocidas y sin cáscara.

### ALIMENTOS NO PERMITIDOS:

No deben utilizarse cereales integrales ni leguminosas.

## DIETAS ENTERALES:

**Moduladores**

## DIETAS PARENTERALES:

Vía: Periférica, Central, Percutánea.





## DIETA:

## ALIMENTACIÓN MODIFICA EN EL CONTENIDO DE NUTRIMENTOS

## CARACTERÍSTICAS:

### PLAN DE ALIMENTACIÓN MODIFICADO EN EL CONTENIDO DE SODIO HIPOSÓDICA

## INDICACIONES:

La ingestión de sodio en la dieta se controla para mantener el estado de hidratación, para impedir la retención de líquidos o la hipertensión y para facilitar el manejo de la insuficiencia hepática, renal y cardiaca.

### ALIMENTOS PERMITIDOS:

- \*Sopas enlatadas
- \*Guisos, carnes, pastas
- \*Alimentos preparados con alto contenido de sodio

### ALIMENTOS NO PERMITIDOS:

- \*Hierbas, mostaza
- \*Pimiento, cebolla, ajo
- \*Otras especias que el paciente disfrute para realzar el sabor de los alimentos

## DIETAS ENTERALES: Moduladores

## DIETAS PARENTERALES:

Vía: Periférica, Central,  
Percutánea.



# ALIMENTACIÓN MODIFICA EN EL CONTENIDO DE NUTRIMENTOS

## DIETA:

## CARACTERÍSTICAS: PLAN DE ALIMENTACIÓN MODIFICADO EN EL CONTENIDO ALTO DE POTASIO

## INDICACIONES:

El contenido de potasio en la dieta se controla con el objetivo de prevenir la hipercaliemia (hiperpotasemia) y en algunos casos la hipocaliemia (hipopotasemia). A fin de determinar el contenido de potasio en la dieta es necesario considerar las concentraciones de potasio en suero, su excreción aumentada en la orina y los medicamentos

### ALIMENTOS PERMITIDOS:

- Plátanos
- Patatas (blancas y dulces)
- Tomates (y salsa de tomate)
- Albaricoques secos o frescos, higos, dátiles y ciruelas pasas
- Aguacates
- Nueces y mantequilla de maní
- Naranjas y jugo de naranja
- Jugo de ciruela, Melón
- Frijoles y lentejas
- Verdes oscuros como brócoli y espinacas

### ALIMENTOS NO PERMITIDOS:

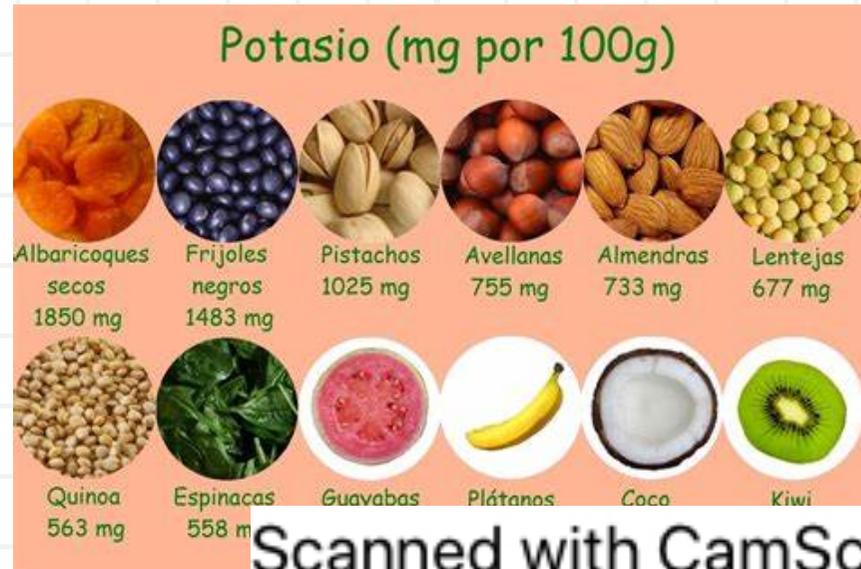
- \*Bistec
- \*Pollo y pavo
- \*Leche

## DIETAS ENTERALES:

Moduladores

## DIETAS PARENTERALES:

Vía: Periférica, Central,  
Percutánea.





## DIETA:

## DIETA ESPECIAL

## CARACTERÍSTICAS:

## CÁNCER DE ESTÓMAGO

## INDICACIONES:

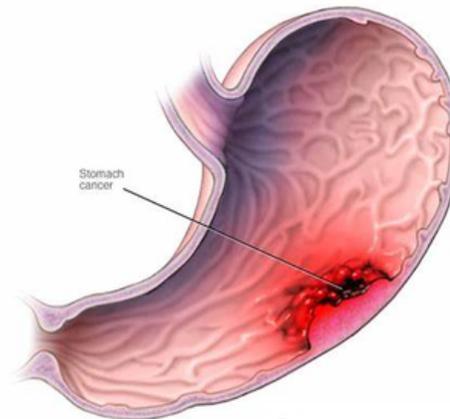
Las metas nutricionales para cada persona se establecen según el tipo y el estadio del cáncer, y las afecciones médicas adicionales. Es importante comer la cantidad adecuada de proteínas y calorías para sanar, combatir infecciones y tener suficiente energía.

## ALIMENTOS PERMITIDOS:

- Frijoles.
- Pollo.
- Pescado.
- Carne de res.
- Yogur.
- Huevos.

## ALIMENTOS NO PERMITIDOS:

- \*Evite los alimentos y las bebidas con olores fuertes
- \*Evite todo tipo de bebida alcohólica, cerveza y vino.
  - Evite los alimentos que le puedan herir la boca (como alimentos condimentados, agrios, salados, duros o crocantes).





**DIETA:**

**DIETA ESPECIAL**

**CARACTERÍSTICAS:**

**CÁNCER DE COLON**

**INDICACIONES:**

Dieta "bajo residuo"dieta. Se trata de una dieta baja en fibra. Reducirá al mínimo el trabajo de su colon y recto.

**ALIMENTOS PERMITIDOS:**

- \*PAN BLANCO
- \*ARROZ BLANCO
- **FRUTAS Y HORTALIZAS. SI ES NECESARIO, HERVIDAS PARA MEJORAR LA DIGESTIBILIDAD**
- **LÁCTEOS**
- **LEGUMBRES. EN CASO DE DIFICULTADES PARA LA DIGESTIÓN, SE PUEDEN PRESENTAR COMO CREMAS O PURÉS.**
- **PESCADOS. ...**
- **CARNES**

**ALIMENTOS NO PERMITIDOS:**

- \*Pan integral y arroz integral
- \*Verduras crudas
- \*Los frutos secos y las semillas
- \*Productos integrales, las legumbres y las carnes fritas





## DIETA:

## DIETA ESPECIAL

## CARACTERÍSTICAS:

## CÁNCER DE MAMA

## INDICACIONES:

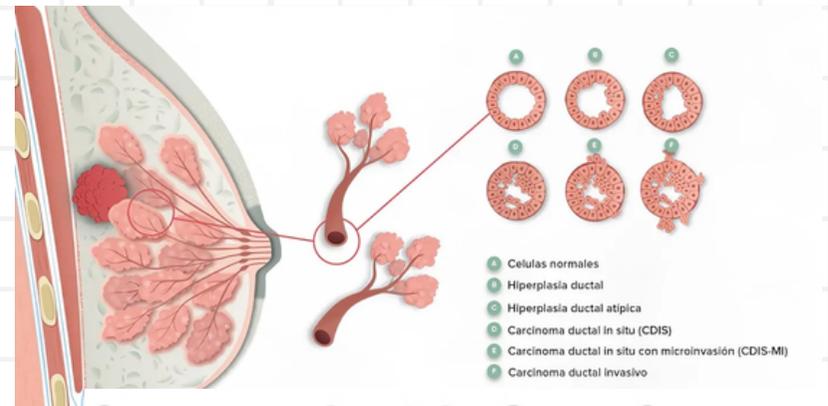
Las metas nutricionales para cada persona se establecen según el tipo y el estadio del cáncer, y las afecciones médicas adicionales. Es importante comer la cantidad adecuada de proteínas y calorías para sanar, combatir infecciones y tener suficiente energía.

### ALIMENTOS PERMITIDOS:

- Variedad de frutas y vegetales
- alimentos ricos en fibra, como granos enteros, frijoles y legumbres
- leche baja en grasa y productos lácteos
- productos a base de soja
- alimentos ricos en vitamina D y otras vitaminas
- alimentos, particularmente especias, con propiedades antiinflamatorias
- alimentos, principalmente de origen vegetal, que contienen antioxidantes

### ALIMENTOS NO PERMITIDOS:

- Alcohol
- azúcar añadida
- grasa
- carne roja
- alimentos procesados





## DIETA:

## DIETA ESPECIAL

## CARACTERÍSTICAS:

## CÁNCER DE PRÓSTATA

## INDICACIONES:

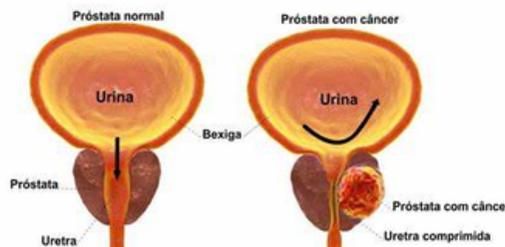
Se recomienda una alimentación rica en proteínas, vegetales, frutas y alimentos de calidad y con alta densidad nutricional

### ALIMENTOS PERMITIDOS:

Aumentar el consumo de proteínas, tanto de origen vegetal (como las legumbres) y como las de origen animal: lácteos, huevos, carnes y pescados. Sin olvidarnos que la base de la alimentación tiene que estar constituida por las verduras y las frutas, que nos aportarán vitaminas y antioxidantes

### ALIMENTOS NO PERMITIDOS:

- Azúcar: las células tumorales se alimentan principalmente de ésta, por lo tanto, es recomendable evitar precocinados, dulces, refrescos y salsas que contengan azúcar.
- El tabaco: aunque no es un alimento, se recomienda evitar por su alta concentración de sustancias cancerígenas.
- Embutidos, carnes procesadas y pescados ahumados.
- Aceites y grasas de mala calidad.
- El alcohol





## DIETA:

## DIETA ESPECIAL

## CARACTERÍSTICAS:

## SÍNDROME DE INTESTINO CORTO

## INDICACIONES:

Se recomienda una dieta con bajo contenido de grasas y más alto contenido de carbohidratos complejos.

	BUENAS OPCIONES	EVITE
<b>Frutas</b>		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Bananas</li> <li>&gt; <b>Limítese a 1 taza al día:</b> Frutas enlatadas <u>sin azúcar ni edulcorante</u> (salsa de manzana, peras, melocotones, mandarinas, albaricoques, cerezas, ciruelas, etc.)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Frutas secas</li> <li>&gt; Frutas en almíbar enlatadas</li> <li>&gt; Jugo de frutas, bebidas de frutas</li> <li>&gt; Tenga cuidado con el <i>jarabe de maíz con alto contenido de fructosa</i> en las bebidas (por ejemplo, Capri-Sun®, frutas en almíbar enlatadas, etc.)</li> </ul>
<b>Vegetales sin almidón</b>		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Zanahorias, calabazas, calabacines, berenjenas, nabos o remolachas cocidos</li> <li>&gt; Tomates, salsa de tomates</li> </ul> <p><u>En pequeñas cantidades:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Vegetales de hojas verdes (lechuga romana, espinaca, lechuga roja, hojas de col, col rizada, etc.)</li> <li>&gt; Pimientos verdes, rojos o amarillos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Crema de vegetales</li> <li>&gt; Brócoli</li> <li>&gt; Coles de Bruselas</li> <li>&gt; Cebollas, puerros</li> </ul>



### Tipos de resección intestinal y Anastomosis

Síndrome de Intestino corto



Anastomosis ileocolónica



Anastomosis yeyunocolónica



Yeyunostomía terminal



## DIETA:

## DIETA ESPECIAL

## CARACTERÍSTICAS:

## DIVERTÍCULOS

## INDICACIONES:

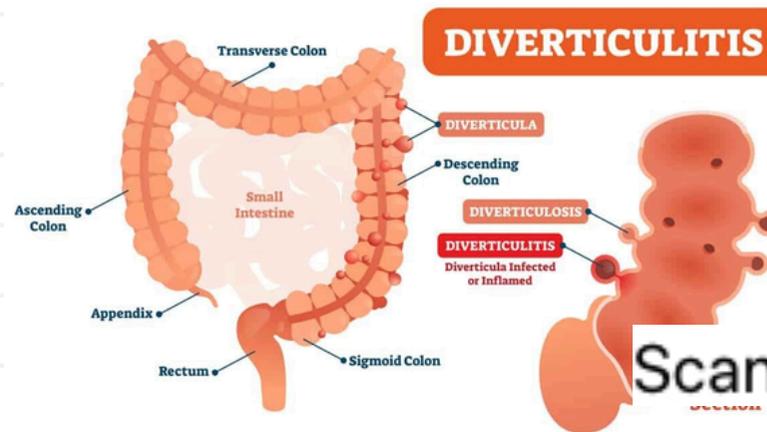
Alimentación baja en fibra y con alto contenido de carne roja podría aumentar el riesgo de presentar diverticulitis, inflamación de una o varias bolsas en la pared del colon o divertículos. Comer alimentos ricos en fibra y menos carne roja podría reducir el riesgo.

## ALIMENTOS PERMITIDOS:

- Frutas enlatadas o cocidas sin cáscara ni semillas
- Verduras enlatadas o cocidas como frijoles verdes, zanahorias y papas (sin cáscara)
- Huevos, pescado y aves de corral
- Pan blanco refinado
- Jugo de frutas y verduras sin pulpa

## ALIMENTOS NO PERMITIDOS:

- Frutas enlatadas o cocidas sin cáscara ni semillas
- Verduras enlatadas o cocidas como frijoles verdes, zanahorias y papas (sin cáscara)
- Huevos, pescado y aves de corral
- Pan blanco refinado
- Jugo de frutas y verduras sin pulpa
- Carnes rojas





## DIETA:

## DIETA ESPECIAL

## CARACTERÍSTICAS:

## GASTRITIS, ÚLCERA GÁSTRICA Y ÚLCERA ESOFÁGICA

## INDICACIONES:

Parte fundamental del tratamiento, debido a que permite reposar el sistema digestivo y evitar que los síntomas empeoren, siendo importante que la persona realice una alimentación equilibrada, saludable, de fácil digestión, baja en grasa y azúcares.

## ALIMENTOS PERMITIDOS:

Frutas, como la manzana, pera, papaya (lechosa), guayaba o banana, preferiblemente sin cáscara  
\*Vegetales, como el calabacín, berenjena, zanahoria, espinacas y acelgas, debiendo preferirse cocidas  
\*Carnes bajas en grasa, como pollo, pavo, pescado y mariscos bien cocidos, preferiblemente preparados a la plancha  
\*Lácteos descremado  
Cafés descafeinado

### Gastritis



## ALIMENTOS NO PERMITIDOS:

- Alimentos procesados y ricos en grasa, como salchicha, chorizo, tocino, jamón, pechuga de pavo, salami, mortadela, frituras en general, cubitos, aceites para freír, cortes de carne con mucha grasa, piel del pollo y vísceras;
- Quesos amarillos y procesados como cheddar, mozzarella, queso crema y provolone;
- Lácteos como leche completa, nata, crema de leche, helados, leche condensada, mantequilla y margarina;
- Salsas listas como ketchup, alioli, mayonesa;
- Tés como el verde, mate, negro y matcha;
- Bebidas como refrescos, jugos pasteurizados y café;
- Bebidas alcohólicas;
- Azúcar y alimentos refinados como pasteles, budines y galletas rellenas;
- Comida rápida y snacks salados;
- Comida congelada tipo pizzas y nuggets;
- Comida lista para llevar tipo sopas, pastas, lasañas,

# Bibliografía

-Antología de la nutrición

Martín C. Isabel-Manual de dietoterapia,  
editorial ciencias médicas

-Guía de práctica clínica (Gastritis, Cáncer  
“colon, mama, próstata, estómago)

\*Divertículos

\*Intestino corto