



Dietas terapéuticas

Jorge Santis García

Cuarto Parcial

Nutrición

Lic. Méndez Guillen Daniela Monserrath

Medicina humana

Tercer Semestre Grupo "B"

Comitán de Domínguez Chiapas, 07 de diciembre 2024

DIETA LIQUIDOS CLAROS

- es de una dieta de transición, se considera como una etapa intermedia entre el ayuno y el inicio de la alimentación nutricionalmente inadecuado debido a su pobre o la aporte calórico

alimentos permitido

- caldo claro
 - te
- jugo de arándano
 - gelatina
- paletas de helado
- sopas cremosa y coladas
 - malteadas
 - pudin



pacientes que se indica

- en etapa pre y post operatorio
- en examen de colonoscopia
- en pruebas de gabinete
- condiciones agudos
- en intolerancia a la alimentacion solida
- en transtorno de deglusion como estenosis

alimentos no permitidos.

- quesos
 - cané
 - cereales
- verduras crudas o cocidas
- lácteos grasoso, como la crema batida
- quesos fuerte, como el azul o el roquefort
- verduras que producen gases, como el brócoli, el repollo o la coliflor
 - frutas deshidratadas

dieta de líquidos generales

pacientes que se indican

- antes o después de una cirugía, como la colonoscopia, o cirugía en el estómago o en el intestino.
- problemas de deglución, dentales o esofágicos
- problemas gastrointestinales, como náuseas, diarrea o vómito.

valor nutricional

- se va entre 1500 a 1800 Kcal.



alimentos no permitidos

- frutas frescas, congeladas o enlatadas
- verduras crudas o cocidas
- queso
- carne
- cereales
- bebidas carbonatadas
- gelatinas sin frutas
- bebidas deportivas

alimentos permitidos

- leche
- yogurt natural
- huevo
- cereales cocidos no integrales
- sopas
- cremas
- caldops
- consome
- helados
- gelatina
- jugo colados
- nieves y paletas
- café
- caramelos
- miel
- azúcar
- sal y pimienta



dieta liquida o enteral.

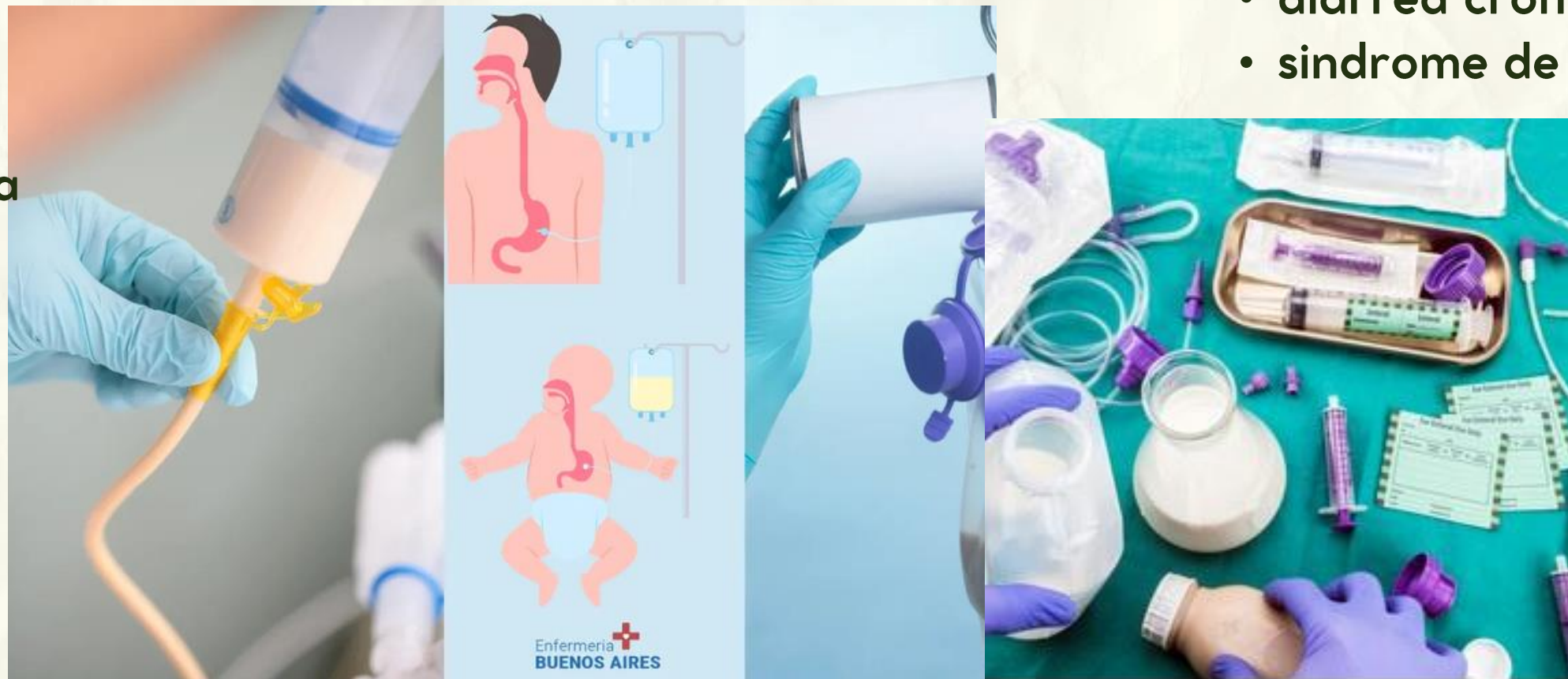
- identificado como alimentacion enteral es aquello nutricionalmente completa, (proyteinas, hidratos de carbono, lipidos, fibras, vitaminas, minerales y agua). tambien conocido como alimentacion por sonda, es un metodo de alimentacion que consiste en administrara liquidos o formulas nutritivas a travez de uan sonda colocada en el estomago o intestino.

pacientes que se indican

- anorexia prolongada
- desnutricion calorico-proteica grave
- coma oo depresionn del sensorio
- insufciencia hepatica
- traumatismo del craneo o cuello
- enfermedades graves que provocan estres metabolicos
- sindrome de intestino corto
- pancreatitis agudo en fase de recuperacion
- diarrea cronica y enf. inflamatoria intestinal
- sindrome de malabsorcion.

alimentos permitidos

- vegetales
- tuberculos
- carnes bajos en grasa
- frutas
- arroz
- platano
- papa
- tapioca
- betyabel
- zanahoria



alimentos no permitidos

- pan tostados
- margarina o mantequilla con sal
- embutidos y tocinos
- carne ahumadas y sazonadas
- productos integrales
- caldo y sopas en cubitos
- frutos secos

dieta de puro

es el plan alimentario con consistencia de poco, que provee una alimentación completa.

pacientes que se indican

- paciente con dificultad para masticar y para tragar.
- pacientes con problemas esofágicos que no toleran alimentos sólidos.
- pacientes con obstrucción e íleo intestinal.

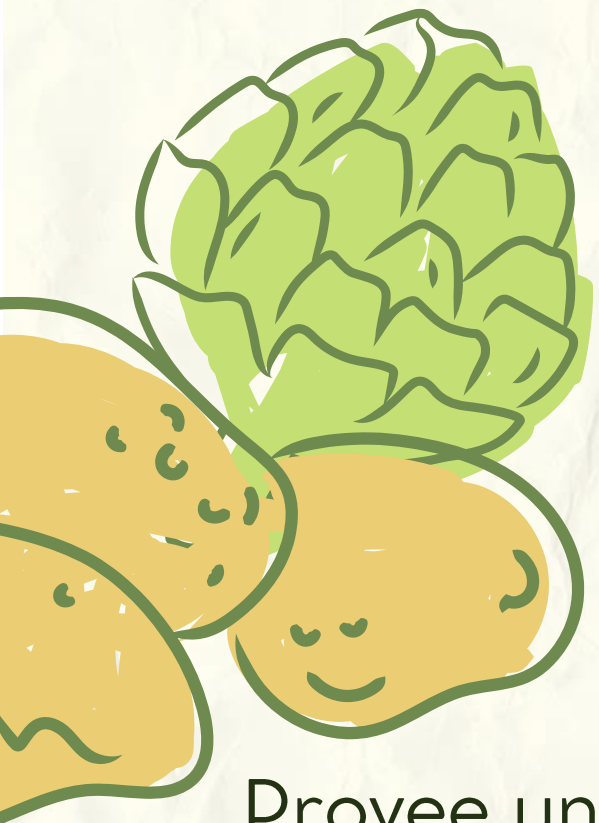
Alimentos permitidos

- Carnes y pescados enlatados
- Legumbres
- Queso derretidos
- Queso crema batido y crema agria
- Sopas coladas

Alimentos no permitidos

- Bebidas azucaradas, alcohólicas con cafeína o carbonatadas
- Cereales azucaradas o fríos, pasta y otros almidones
- Queso fuerte, como el azul o el roquefort
- Verduras crudas y ensaladas





Dieta suave



Provee una alimentación completa con alimentos sólidos de consistencia suave.

Alimentos permitidos

- Las verduras tratadas al horno hervidas o al vapor y en algunos casos sin cáscara suave.

Indicaciones

- Se utiliza en pacientes con problema dental o de deglución
- Pacientes con varices esofágicas

Alimentos no permitidos

- Lácteos. Leche entera, helados, quesos fuertes, y quesos que se derriten fácilmente
- Frutas; frutas ácidas, frutas crudas.
- Verduras; verduras crudas, ensaladas, verduras que producen gases.
- Cereales; cereales de salvado o integrales
- Carnes; carnes fritas o grasosas, carnes procesadas.





Dieta blanda

Dieta que se puede consumir todo excepto grasas, aceites, cafeína, todos aquellos que son irritantes de la mucosa gástrica o estimulante de la secreción de ácido.

Alimentos permitidos

- Papa
- Frutas enlatadas
- Manzana
- Banano
- Melón
- Jugos de frutas y verduras
- Pan
- Arroz
- Pasta

Alimentos no permitidos

- Carnes rojas, procesadas, duras, fibrosas, ahumadas o curadas
- Pescados azules y grasos
- Lácteos grasosos
- Quesos fuertes
- Verduras crudas, y ensaladas
- Verduras que producen gases
- Frutas deshidratadas y cítricas o muy ácidas
- Alimentos que contienen mucho azúcar.

Indicaciones

- Gastritis
- Cólicos
- Úlceras gástricas
- Pacientes que tienen vómito y diarrea
- Cirugías
- Inflamación gastrointestinal.
- Varices esofágicas



Dieta hipoenergetica

La dieta hipoenergetica o hipocalórica es aquella a la que se realiza una reducción energética del requerimiento basal del individuo de 500 a 1000 kilocalorías.

Pacientes indicadas

- Diabetes mellitus
- Obesidad
- Síndrome metabólico
- Epilepsia
- Hipertrigliceridemia
- Hipoglucemia reactiva

Alimentos permitidos

- Frutas frescas o en conserva
- Verduras frescas o congeladas
- Carnes, pescados o congeladas
- Cereales y pastas alimenticias
- Aceite de oliva

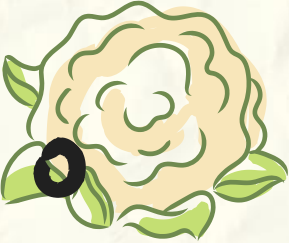


Alimentos no permitidos

- Pescado grasos
- Huevos fritos o en tortilla
- Conserva en aceite
- Salsa comerciales
- Legumbres y frutos secos
- Comidas con queso , como pizza, burritos o macarrones
- Alimentos fritos
- Lácteos enteros, como helados o pudin.



Dieta hiperenergetica



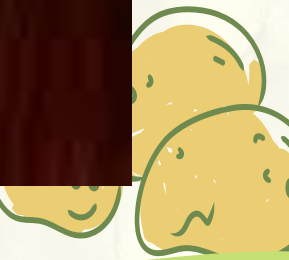
Esta dieta se caracteriza por que su contenido energético es mas alto en kilocalorías en relación al gasto energético total recomendado.

Pacientes indicados

- Se recomienda para pacientes con riesgo de desnutrición o hipercatabolismo

Alimentos permitidos

- Cereales y derivados, como el arroz, la pasta y el pan
- Proteínas animales, como el pollo, el atún, el pan
- proteínas vegetales, como el tofu, la soya, los edemames y las leguminosas
- Granos como el maíz, la avena, el arroz integral
- Lácteos descremados
- Frutas y verduras



Dieta bajas en hidratos de carbono



Se caracteriza por que el contenido de hidratos de carbono se modifica reduciéndolo a los requerimientos mínimo, portando en su mayor proporción de hidratos de carbono denominado complejos

Alimentos permitidos

- Proteínas; carnes magras como pollo, pavo, cerdo, y res, pescado y marisco y huevos
- Verduras; verduras bajas en almidón como brócoli, coliflor, espinacas, acelgas, berro
- Frutas, melón, sandía, papaya, aguacate, ciruela, y fresas.
- Frutos secos, cacahuates, avellanas, y almendras.
- Aceites; aceite de girasol y de oliva.
- Productos lácteos; bajos en grasa como leche, yogurt y queso.

Pacientes indicados

- Diabetes tipo 1
- Obesidad
- Síndrome metabólico
- Hipertrigliceridemia



Dieta hiperlipidicas

Alimento en alto contenido en acido
graso

Alimentos permitidos

- Frutas y verduras, preferentemente crudas y con su piel
- Cereales, panes o harinas integrales
- Legumbres, especialmente soja y avena
- Calabaza
- Pescado azul, con atún, sardina, boquerón o Salmon
- Aceite de oliva virgen.

Pacientes indicados de esta dieta

- Pacientes con antecedentes de enfermedades cardiovasculares, como cardiopatía isquémica, accidente cerebrovasculares, embolismo pulmonar, o tromboelismo de vasos periféricos.
- Pacientes con hipertensión, diabetes, obesidad.





Dieta cetogenica o dieta Milagro

Es una dieta muy controvertida, por la gran cantidad de grasa que proporciona, es baja en hidratos de carbono y resulta desequilibrada en vitaminas y minerales, sin embargo, es muy utilizado para control de peso, debe utilizarse por lapsos no mayor a seis meses.

Pacientes indicados

- Obesidad mórbida
- Epilepsia

Alimentos permitidos

- Carnes
- Verduras
- Frutas
- Frutos secos
- Quesos y otros lácteos
- Grasas naturales
- Chocolate
- Bebidas



Bibliografía

- 1.- Cervera, P., Clapes, J., & Regolfas, R (1999). Alimentación y dietoterapia. Ed.

