

DIETA EN LA LITIASIS

CONSISTE EN

Puede ser utilizada para prevenir las piedras en los riñones o, en dado caso, tratar a personas que ya lo padecen.

EN QUE PACIENTES SE UTILIZAN

En aquellas personas que tengan probabilidades de padecer o en aquellas que ya cuentan con las piedras.

ALIMENTOS PERMITIDOS

- Agua
- Frutas y verduras: manzana, uvas, peras, limones, naranjas.
- Granos y carbohidratos complejos: avenas, arroz integral.
- Proteínas bajas en purinas: pollo sin piel, pavo, pescado, tofu, letenjas.
- Lacteos bajos en grasa: leche descremada, yogut natural.

ALIMENTOS NO PERMITIDOS

- Alimentos ricos en oxalatos: espinacas, moras, almendras, té negro.
- Alimentos ricos en sodio: jamón, pizzas, salsas comerciales.
- Alimentos ricos en purinas: res, hígado, camarones.
- Bebidas azucaradas.
- Alimentos ricos en calcio: leche entera, quesos.



AIRLINE TICKET

Dieta en la **HIPERURICEMIA Y LA GOTA**

FUNCIÓN

Puede ayudar a reducir el riesgo de ataques de gota, aliviar los síntomas y ralentizar el daño a las articulaciones.

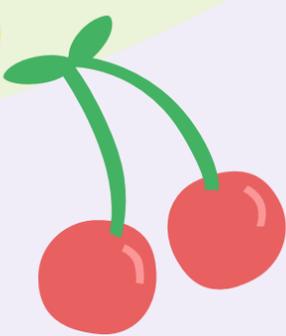


EN

Personas con un nivel elevado de ácido úrico en la sangre.

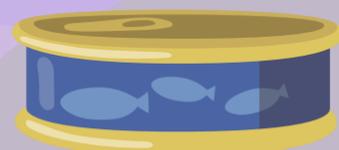
COMIDAS PERMITIDAS

- Alimentos bajos en purinas: peras, cerezas.
- Lácteos bajos en grasa: leche descremada, yogurt natural.
- Proteínas bajas en purinas: huevos, pollo o pavo sin piel.
- Grasas saludables: aceite de oliva.



ALIMENTOS NO PERMITIDOS

- Carnes ricas en purinas: víceras, res, corazón.
- Mariscos y pescados: mejillones, camarones, sardinas.
- Bebidas alcohólicas: cerveza, licores destilados, vino.
- Bebidas azucaradas.
- Carnes procesadas: salchichas, chorizo, jamón.



Dieta en las enfermedades gastrointestinales

Función

Es un factor de prevención o de tratamiento de enfermedades digestivas.



En quienes se usa

La dieta para enfermedades del aparato digestivo depende de la enfermedad, por ejemplo, en aquellas personas que sufren de enfermedad de reflujo, síndrome de intestino irritable.

Alimentos permitidos

- Carbohidratos fáciles de digerir: avena, arroz.
- Proteínas magras: pollo sin piel, huevos hervidos, tofu.
- Verduras cocidas y bajas en fibra: zanahoria, calabacita.
- Frutas bajas en fibra y ácidas: manzana, pera cocida, plátano maduro.
- Productos lácteos bajos en grasa: leche deslactosada, yogurt natural.
- Líquidos y bebidas: agua, caldos de pollo, tés suaves



Alimentos no permitidos

- Alimentos grasos o fritos: hamburguesas, empanadas.
- Bebidas irritantes: café, bebidas alcohólicas, refrescos.
- Alimentos muy condimentados: chiles, pimienta negra, salsas picantes.
- Alimentos ácidos: naranja, limón, jugo de tomate.
- Productos ricos en fibra insoluble: cereales integrales, brócoli, manzanas sin pelar.
- Productos lácteos enteros o ricos en lactosa.
- Alimentos ultrprocesados: papas fritas, galletas.



NUTRICION ENTERAL Y ALIMENTACION POR SONDA



EN QUE CONSISTE

Se utiliza para proporcionar los nutrientes adecuados a personas que no pueden o no quieren comer por vía oral.



EN QUIENES SE UTILIZA

En aquellos pacientes que tienen un tracto digestivo funcional pero no pueden ingerir alimento por vía oral, por razones como: desnutrición, lesión en cabeza o cuello, coma, esófago estrecho.

ALIMENTOS PERMITIDOS

- Fórmulas enterales comerciales: fórmulas altas en proteínas, fórmulas hipercalóricas, fórmulas bajas en sodio/potasio.
- Alimentos naturales (procesados correctamente): pollo, huevos cocidos, arroz blanco, papas.
- Suplementos nutricionales: vitaminas y minerales, suplementos de proteínas o carbohidratos.

ALIMENTOS NO PERMITIDOS

- Alimentos sólidos o no procesados: cualquier alimentos que no esté completamente licuado o colado.
- Alimentos con alto contenido de fibras insoluble: granos integrales, frutas con cáscara, verduras crudas.
- Alimentos grasos o difíciles digerir: carnes magras, mantequilla.
- Alimentos que forman grumos o espesos.
- Alimentos que fermenten o producen gases: col, coliflor, brócoli.



* PARENTERAL

1 EN QUÉ CONSISTE

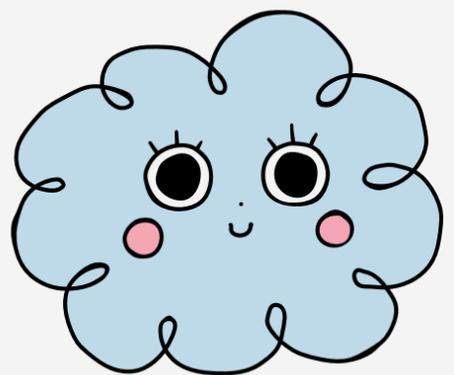
La nutrición parenteral es un método nutricional que proporciona nutrientes por vía intravenosa cuando una persona no puede o no debe tomarlos por vía oral. Se utiliza cuando el tracto digestivo no funciona o no puede absorber los nutrientes adecuadamente.



2

EN QUIENES SE INDICA

- Se indica en personas con:
- Malformaciones congénitas que impidan o limiten la nutrición enteral
- Colitis ulcerosa
- Obstrucción intestinal
- Síndrome del intestino corto
- Diarrea prolongada
- Cirugía en el sistema digestivo
- Vómitos o diarrea grave



3

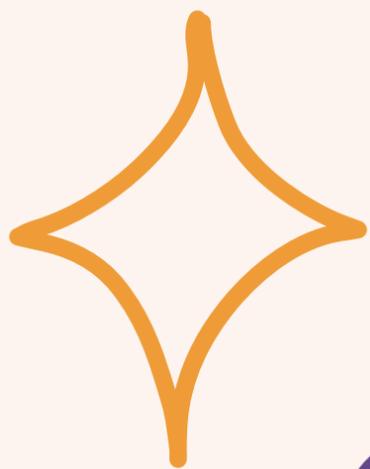
ALIMENTOS PERMITIDOS

- Carbohidratos.
- Aminoácidos: esenciales y no esenciales.
- Lípidos: aceites vegetales, omega 6 y omega 3 (en forma de emulsiones).
- Electrolitos: sodio, potasio, magnesio.
- Vitaminas: vitaminas del complejo B, vitamina c, vitamina A, D, E y K.
- Oligoelementos: zinc, cobre, hierro.
- Agua.

4

ALIMENTOS NO PERMITIDOS

- Alimentos enteros o líquidos no procesados.
- Lípidos inadecuados o contaminados
- Mezclas no estériles o contaminadas.
- Uso excesivo de ciertos nutrientes: glucosa en exceso, proteínas en exceso, electrolitos desbalanceados.
- Alcohol o cafeína
- Sobrecarga de calorías o de agua.



DIETA Y SIDA



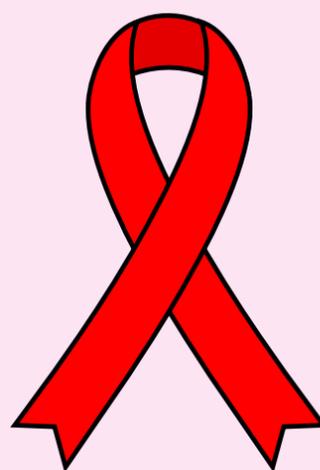
EN QUÉ CONSISTE

UNA DIETA SALUDABLE ES ESENCIAL PARA LAS PERSONAS CON VIH PORQUE AYUDA A FORTALECER EL SISTEMA INMUNOLÓGICO Y AYUDA A QUE LOS MEDICAMENTOS FUNCIONEN CORRECTAMENTE.



EN QUIENES SE RECOMIENDA

EN AQUELLAS PERSONAS CON EL VIRUS DE INMUNODEFICIENCIA HUMANA



ALIMENTOS PERMITIDOS



- CARNES MAGRAS: POLLO, PESCADO, PAVO.
- FRUTAS Y VERDURAS FRESCAS: NARANJAS, KIWIS, PIMIENTOS, CALABAZA.
- CEREALES INTEGRALES: AVENA, ARROZ, QUINOLA.
- GRASAS SALUDABLES: AGUACATE, ACEITE DE OLIVA, SEMILLAS DE CHÍA, LINO.



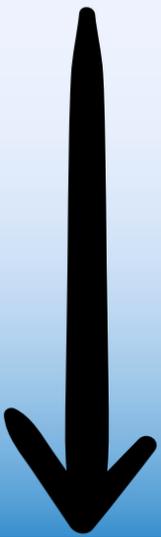
ALIMENTOS NO PERMITIDOS



- ALIMENTOS CRUDOS O POCO COCIDOS: SUSHI, CEBICHE, HUEVOS CRUDOS.
- FRUTAS Y VERDURAS MAL LAVADAS: LECHUGAS EN MAL ESTADO, FRUTAS SIN PELAR.
- ALIMENTOS PROCESADOS: SALCHICAS, JUGOS ENDULZADOS, GALLETAS.
- BEBIDAS ALCOHOLICAS Y CAFEÍNA EN EXCESO.
- ALIMENTOS CON ALTO RIESGO DE CONTAMINACION BACTERIANA.



Dieta dislipoproteínemia

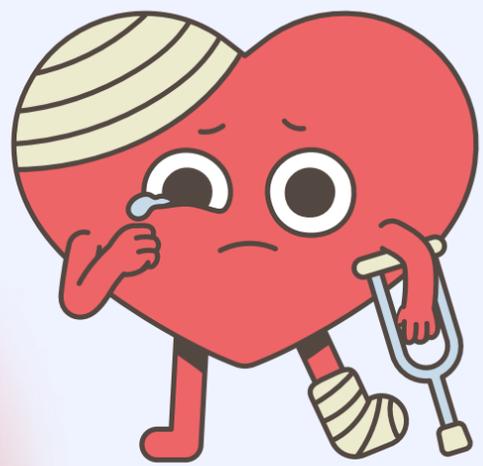


EN QUÉ CONSISTE

Consiste en reducir el consumo de grasas saturadas y colesterol, aumentar la fibra y grasas mono y poliinsaturadas.

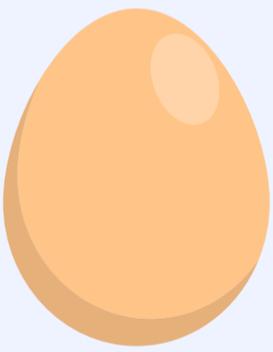
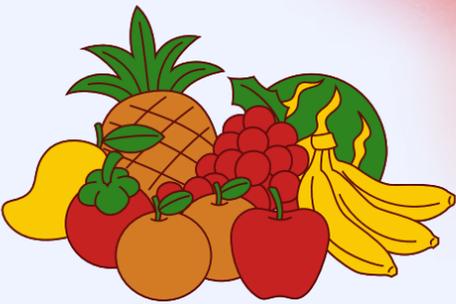
EN QUIENES SE INDICA

En aquellas personas que sufren de una concentración aumentada de triglicéridos.



ALIMENTOS PERMITIDOS

- Grasas saludables: aceite de oliva, aceite de aguacate, salmón, almendras, nueces.
- Carbohidratos complejos y fibra: avena, arroz, lentejas, manzanas, peras.
- Alimentos ricos en fitoesteroles: margarinas vegetales, frutas y verduras frescas.
- Productos bajos en grasa: leche descremada, yogurt natural.
- Proteínas magras: pollo sin piel, pescado fresco, clara de huevo.

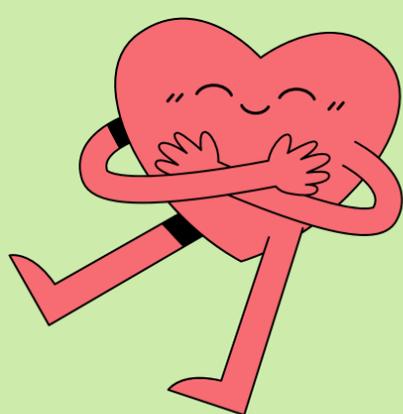


ALIMENTOS NO PERMITIDOS

- Alimentos ricos en grasas saturadas: res, cerdo, cordero, salchichas, chorizos, tocino.
- Grasas trans: galletas, papas fritas, pizzas, hamburguesas, donas.
- Alimentos ricos en colesterol: hígado, riñones, sesos, camarones.
- Alimentos y bebidas azucaradas: regrescos, helados, dulces.
- Bebidas alcohólicas.
- Alimentos altos en sodio: sopas enlatadas, aderezos.



DIETA EN LAS ENFERMEDADES DEL SN

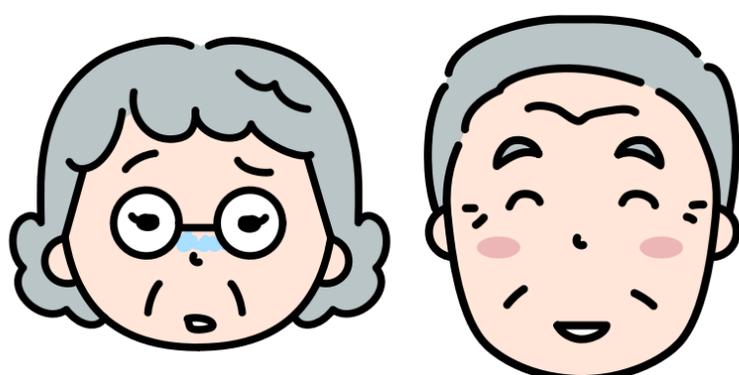


EN QUÉ CONSISTE

Las enfermedades del sistema nervioso no tienen tratamiento dietético específico, pero la instauración de una alimentación adecuada, individualizada, puede repercutir sobre el estado nutricional de los pacientes mejorando su calidad de vida.

EN QUIENES SE INDICA

- En la enfermedad de Parkison.
- Esclerosis múltiple.
- Enfermedad de Alzheimer.



ALIMENTOS PERMITIDOS

No existe una dieta específica para este tipo de patologías, pero es recomendable un consumo bajo de grasas saturadas y ricas en ácidos grasos como el omega-6 y el omega-3.



ALIMENTOS NO PERMITIDOS

- Alimentos ricos en ácidos grasos: res, cerdo, mantequilla, aceite de coco, aceite de palma, nuggets, hamburguesas, pasteles.
- Alimentos ricos en grasas trans: galletas, snacks empaquetados.

NO



REFERENCIAS

1. CERVERA, P., CLAPÉS, J., & RIGOLFAS, R. (2005). ALIMENTACIÓN Y DIETOTERAPIA (4ª ED.). MCGRAW-HILL INTERAMERICANA. RECUPERADO EL 07 DE DICIEMBRE DE 2024