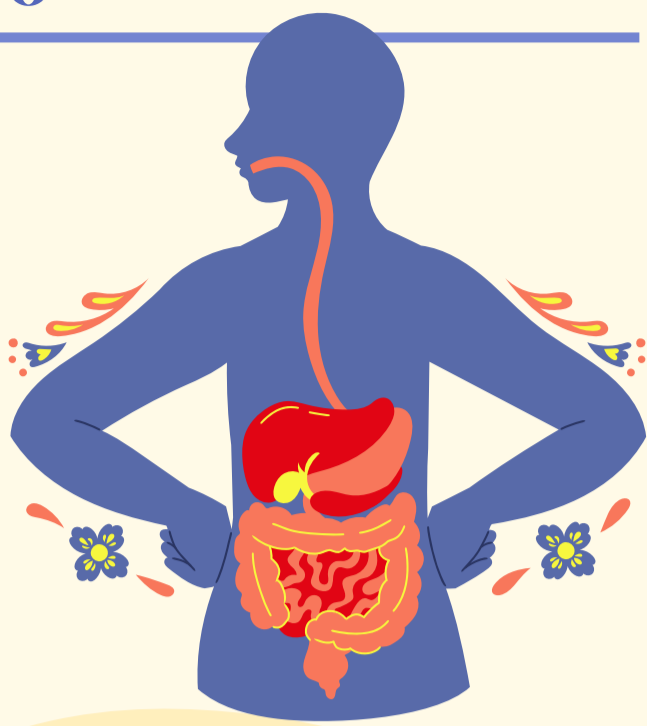


# Dieta en enfermedades del aparato digestivo



1

## Estenosis esofágica y esofagitis

**Indicaciones:** Pacientes con estrechamiento del esófago o inflamación causada por reflujo gastroesofágico.

**Alimentos recomendados:** Dieta de consistencia blanda o líquida, evitando irritantes.

**Alimentos no permitidos:** Comidas ácidas, picantes, o irritantes.

## Úlcera gastroduodenal

**Fase de brote agudo:**

**Indicaciones:** Pacientes con dolor activo por úlcera gástrica o duodenal

**Alimentos permitidos:** Leche descremada, cereales suaves, purés de verduras, pescados magros hervidos, manzanas cocidas.

**Alimentos no permitidos:** Embutidos, alimentos grasos, fritos, chocolate, café, alimentos ácidos o picantes.

**Primera fase:** Líquidos (caldos, infusiones).

**Segunda fase:** Dieta semilíquida (huevos pasados por agua, sopas finas).

**Tercera fase:** Alimentos blandos y suaves (purés, carnes tiernas, pescados hervidos).



2

4

## Gastritis

**Indicaciones:** Inflamación de la mucosa gástrica.

**Alimentos permitidos:** Leche descremada, carne magra, pescado hervido, arroz, frutas cocidas (manzana, pera), aceite de oliva crudo.

**Alimentos no permitidos:** Café, alcohol, chocolate, alimentos muy condimentados o grasos.

5

## Hernia de hiato y reflujo gastroesofágico

**Indicaciones:** Pacientes con reflujo debido al desplazamiento de una parte del estómago.

**Alimentos permitidos:**

- > Leche y derivados descremados.
- > Carnes magras, pescados magros.
- > Verduras cocidas, frutas no ácidas.
- > Pan tostado o galletas tipo María.

**Alimentos no permitidos:** Café, chocolate, alimentos grasos o fritos, bebidas gaseosas, cítricos, alimentos muy salados o condimentados.

**Indicaciones:** Pacientes con litiasis biliar, colecistitis o después de colecistectomía.

**Alimentos permitidos:**

- > Leche descremada, yogur.
- > Carnes magras, pescados magros hervidos.
- > Verduras cocidas, frutas suaves.
- > Aceite crudo en moderación.

**Alimentos no permitidos:** Chocolate, carnes grasas, embutidos, fritos, alimentos flatulentos (col, legumbres, cebolla cruda).

# NUTRICIÓN ENTERAS Y ALIMENTACIÓN POR SONDA

La alimentación enteral está indicada en aquellos pacientes que, no pudiendo ingerir una alimentación convencional oral por distintos motivos, presentan una indemnidad anatómica y funcional del aparato digestivo, suficiente para:

1. Recibir el alimento a través de la sonda.
2. Hacerlo progresar mediante la peristalsis.
3. Digerirlo y absorberlo.

## INDICACIONES

- > TRANSTORNOS DE CONCIENCIA
- > PROCESOS ORO-FARINFO-LARÍNGEOS
- > ANOREXIAS GRAVES
- > ENFERMEDADES DIGESTIVAS DE TIPO QUIRÚRGICAS.



## ALIMENTOS APTOS:

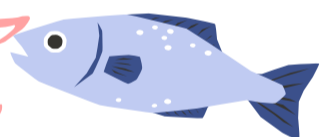
FUENTES DE HIDRATOS DE CARBONO: SACAROSA , ÚTIL SÓLO PARA ENDULZAR, YA QUE TIENE EL INCONVENIENTE DE AUMENTAR LA OSMOLARIDAD DE LA SUSPENSIÓN QUE LA CONTIENE. HARINAS DEXTRINOMALTEADAS, DEL TIPO DE LAS QUE SE UTILIZAN EN ALIMENTACIÓN INFANTIL. OLIGOSACÁRIDOS , COMPUESTOS DE 8 -10 MOLÉCULAS DE GLUCOSA Y QUE TIENEN LA VENTAJA SOBRE LAS DEXTRINOMALTOSAS QUE CON EL PASO DEL TIEMPO NO ESPESAN EL MEDIO LÍQUIDO QUE LOS CONTIENE.

- FUENTE DE LÍPIDOS: ACEITES, DE OLIVA O DE SEMILLAS.
- VITAMINAS Y ELEMENTOS QUÍMICOS ESENCIALES: EL ZUMO



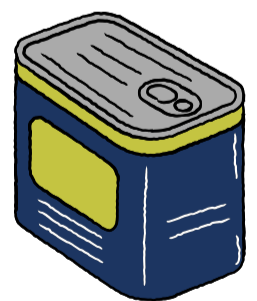
## ALIMENTOS APTOS:

- FUENTES DE PROTEÍNAS: CARNES O PESCADOS HOMOGENEIZADOS, TAL COMO SE ENCUENTRAN EN LOS TARRITOS DE ALIMENTACIÓN INFANTIL. LECHE, PREFIRIÉNDOSE LA DESNATADA, QUE NO FORMA GRUMOS. PROTEÍNAS EN POLVO COMERCIALES.



## NO APTOS

LOS TRITURADOS DE CARNES, PESCADOS, PURÉS DE PATATAS O DE VERDURAS NO SON APROPIADOS, YA QUE SU TEXTURA FACILITARÍA LA OBSTRUCCIÓN DE LAS SONDAS DE ALIMENTACIÓN. PUEDEN, NO OBSTANTE, UTILIZARSE CON ÉXITO A TRAVÉS DE ALGUNAS SONDAS DE GASTROSTOMÍA, DE LUZ MUCHO MÁS AMPLIA. ESTOS ALIMENTOS SE UTILIZAN POCO EN LA ACTUALIDAD, PREFIRIÉNDOSE LOS PREPARADOS DE NUTRICIÓN ENTERAL.



## RECOMENDACIONES

LOS ALIMENTOS EMPLEADOS PARA LA NE DEBEN PRESENTARSE DE FORMA LIQUIDA Y HOMOGÉNEA, SIN GRUMOS, Y CON UN GRADO DE VISCOSIDAD TAL QUE PERMITA SU PASO A TRAVÉS DE UNA SONDA DELGADA, DE 2 A 3.5 MM DE DIÁMETRO INTERIO



# Nutrición parenteral

La dieta de nutrición parenteral consiste en la administración de nutrientes esenciales, como glucosa, aminoácidos, lípidos, vitaminas y minerales, a través de una vena central, para proporcionar la energía y los nutrientes necesarios para el mantenimiento de las funciones corporales.



01.

## Indicada:

está indicada para pacientes que no pueden recibir nutrientes a través de la vía digestiva, como aquellos con fístulas digestivas, pancreatitis aguda, síndrome de intestino corto, peritonitis, enfermedad inflamatoria intestinal, cirugía digestiva, oncología, quemados, sepsis postoperatorias, desnutridos sin posibilidad de nutrición enteral, traumatismos craneales y otros procesos que cursan con pérdida de consciencia.

02.

## Alimentos permitidos

- >Frutas: manzanas, plátanos, naranjas
- >Verduras: lechuga, tomate, cebolla
- >Proteínas: carne de ternera, pollo, pescado blanco
- >Granos: arroz, fideos, pan blanco
- >Lácteos: leche, queso (con moderación)



03.

## No permitidos

Alimentos ricos en potasio: patatas, judías verdes, espinacas  
Alimentos ricos en fósforo: lácteos (en exceso), huevos, legumbres  
Alimentos ricos en sodio: sal de mesa, alimentos procesados.

04.



## Recomendaciones

- Reducir el consumo de sodio a 1000-2000 mg/día.
- Limitar el consumo de potasio a 1500-1800 mg/día.
- Reducir el consumo de fósforo a 600-800 mg/día.
- Controlar el consumo de lípidos y glucosa para evitar la esteatosis hepática y la hiperglucemia.
- Proporcionar la cantidad adecuada de nitrógeno (0.1-0.2 g/kg/día) y aminoácidos esenciales.
- Administrar la nutrición parenteral a través de una vena central, con un ritmo de infusión controlado y utilizando equipo estéril.
- Realizar un estrecho control analítico, incluso diario, para evitar complicaciones metabólicas.

05.



# DIETA PARA PACIENTES ONCOLÓGICOS

## consiste:

La dieta para pacientes oncológicos consiste Mantener el peso y la masa corporal, Controlar los síntomas (náuseas, vómitos, diarrea, estreñimiento), Optimizar la nutrición para apoyar el tratamiento y Reducir el riesgo de complicaciones.



## Indicada

- >Pacientes con cáncer en cualquier estadio
- >Pacientes con cáncer en estadio inicial.
- >Pacientes con cáncer en estadio avanzado.
- >Pacientes con metástasis.
- >Pacientes sometidos a tratamientos
- >Pacientes con síntomas relacionados con la alimentación
- >Pacientes con necesidades nutricionales especiales



## Recomendacion:

- >Proteínas: Pollo cocido, Pescado (salmón, atún, merluza), Tofu, Carnes magras cocidas (ternera, cerdo, cordero)
- >Frutas y Verduras
- >Granos Integrales: Arroz integral, Cereales integrales
- >Lácteos: Leche baja en grasa, yogur bajo en grasa, Queso bajo en grasa
- >Aceites y Condimentos: Aceite de oliva, Aceite de linaza, Sal y pimienta
- >Bebidas: Agua, Tés herbales suaves (manzanilla, menta), Jugos de frutas y verduras sin azúcar



## No permitidos

- > Alimentos grasosos y procesados
- >Alimentos picantes y ácidos
- >Alimentos difíciles de digerir
- > Azúcares y dulces
- >Bebidas restringidas

## Recomendaciones generales

1. Comer pequeñas porciones frecuentes.
2. Evitar comer antes de tratamientos.
3. Mantener hidratación adecuada.
4. Evitar alimentos crudos o sin cocinar.
5. Considerar suplementos nutricionales bajo supervisión médica.



# DIETA Y SIDA

la dieta para pacientes con SIDA consiste en una alimentación equilibrada y personalizada para mejorar el estado nutricional y la calidad de vida de los pacientes.

Esta dieta está indicada para pacientes con SIDA, en particular aquellos que presentan pérdida de peso, malnutrición y otros problemas relacionados con la infección por el VIH.



importante mantener una buena hidratación, evitar la pérdida de peso y mantener un buen estado nutricional.

se recomienda una dieta equilibrada que incluya:

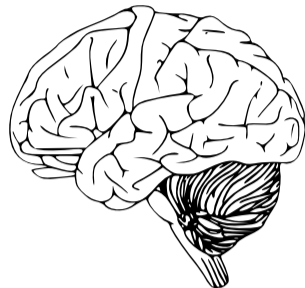
- Proteínas: 1.5 a 2 gramos por kilogramo de peso corporal al día
- Lípidos: evitar grasas saturadas y elegir grasas insaturadas
- Carbohidratos: elegir carbohidratos complejos y ricos en fibra
- Vitaminas y minerales: suplementar con vitaminas y minerales esenciales
- Agua: mantener una buena hidratación



# DIETA PARA ENFERMEDADES DEL SISTEMA NERVIOSO

## 1 Consiste

La dieta en las enfermedades del sistema nervioso, consiste en una alimentación adecuada y individualizada para mejorar el estado nutricional y la calidad de vida de los pacientes. La dieta está indicada para pacientes con enfermedad de Parkinson, esclerosis múltiple y enfermedad de Alzheimer.

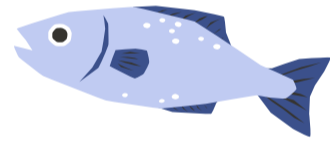


## Dieta de parkinson 2

- Alimentos permitidos: frutas (manzanas, plátanos, naranjas), verduras (lechuga, tomate, cebolla), proteínas (carne de ternera, pollo, pescado blanco), granos (arroz, fideos, pan blanco), lácteos (leche, queso con moderación).
- Alimentos no permitidos o restringidos: alimentos ricos en potasio (patatas, judías verdes, espinacas), alimentos ricos en fósforo (lácteos en exceso, huevos, legumbres), alimentos ricos en sodio (sal de mesa, alimentos procesados).

## 3 Esclerosis múltiple

- Alimentos permitidos: dieta baja en grasas saturadas y rica en ácidos grasos poliinsaturados omega-3 y omega-6.



## Enfermedad de Alzheimer: 4

- Alimentos permitidos: dieta equilibrada con glúcidos complejos y ricos en fibra, grasas principalmente de procedencia vegetal, especialmente aceite de oliva, y proteínas adaptadas al estado nutricional.

## 5 Consejos:

1. Adaptar la dieta a cada paciente y situación
2. Proporcionar alimentos fáciles de digerir y masticar
3. Evitar alimentos picantes y pesados
4. Fomentar la hidratación adecuada
5. Supervisar la ingesta de nutrientes esenciales



## **Referencias**

Cervera, P., Clapés, J., & Rigolfas, R. (2005). Alimentación y dietoterapia (4ª ed.). McGraw-Hill Interamericana. Recuperado el 07 de diciembre de 2024