

Universidad Del Sureste Campus

Tapachula

Asignatura:

Int. Nutrición

Alumno:

Ozuna López Marvin Fernando

Cuatrimestre:

1ºA

Carrera:

Licenciatura en Nutrición

LIC:

Luna Gutierrez Patricia del Rosario

Tapachula Chiapas, México

CLASIFICACIÓN DE

DIETA

¿QUÉ ES DIETA?



Los alimentos que comemos todos los días no solo sirven para saciar nuestro hambre, sino que también nos dan gusto y satisfacción al comer. Además, nos aportan la energía y los nutrientes que nuestro cuerpo necesita.

LEYES DE LA ALIMENTACIÓN

suficiente: cantidad que aseguren la satisfacción y necesidades energética y nutricional

variación: Diferencia de otros tipos de alimentos

Completa: Nutrientes adecuados para el funcionamiento del organismo

Equilibrada: Ingesta de proteína moderada, grasa no debe de superar una cantidad superior de lo normal y HCO que van de la mano con las proteínas

adecuada: teniendo en cuenta el género, la edad, el nivel de actividad física y el estado fisiológico del individuo



DIETOTERAPIA

Disciplina de la salud que busca prevenir, tratar o controlar enfermedades y trastornos relacionados con la alimentación

TIPOS DE DIETA

DIETA TERAPÉUTICA:

Se ajusta para lograr un propósito de tratamiento, como cambiar o mantener el peso.

DIETA DE LÍQUIDOS CLAROS:

alimentos que son líquidos. Permite proveer líquidos, electrolitos y energía de fácil digestión y mínimo residuo intestinal hasta que el paciente pueda comer alimentos sólidos

Dieta de líquidos generales

permite proveer líquidos, proteínas, hidratos de carbono y grasas al paciente.

Dieta de pure:

los alimentos se cuecen y preparan en forma de papilla o purés

Dieta hiposódica:

controla la ingestión de sodio para mantener el estado de hidratación óptimo

Dieta normal: no hay restricciones marcadas

Dieta para diabéticos:

regular los niveles de glucosa sanguínea

Dietas blandas: enfocada a pacientes con enfermedades gastrointestinales o personas en etapa de recuperación por cirugía

DIETA MODIFICADA EN CONSISTENCIA

Dieta blanda: Incluye alimentos suaves, no picantes y con poca fibra. No se deben comer alimentos picantes, fritos ni crudos, ni tomar alcohol ni bebidas con cafeína

Licuada: dieta modificada en consistencia

Semisólida (papilla): Dieta para una mejor deglución

DIETAS MODIFICADAS EN NUTRIENTES

Dieta hipoenergética: reduce la ingesta de calorías diarias para aportar menos energía de la recomendada para enfermedades metabólicas o que resultan de otras enfermedades

Dieta con control de potasio: alcanzar y mantener niveles saludables de potasio

Dieta de textura modificada: Debe tener un valor nutricional comparable al del menú basal en macro y micronutrientes

INSUFICIENTE MALNUTRICIÓN Y DESNUTRICIÓN

Desnutrición: Tipo de malnutrición que se produce cuando el cuerpo no recibe los nutrientes suficientes

Malnutrición: Cuando una persona no obtiene los nutrientes fundamentales para su correcto funcionamiento, puede deberse a un déficit, que implica una carencia de nutrientes, o a un exceso

