



LINFOGRAFÍA
EDUARDO LOPEZ DEL CARPIO
UNIVERSIDAD DEL SURESTE

LIC. EN NUTRICIÓN
LIC.LUNA GUTIERREZ PATRICIA DEL ROSARIO

TAPACHULA CHIAPAS A 2 DE NOVIEMBRE DEL 2024

DIETA

se compone de una cantidad racional y equilibrada

QUE ES DIETA

La Alimentación es el proceso mediante el cual tomamos del exterior una serie de sustancias que son necesarias para la nutrición. Esas sustancias se encuentran en los alimentos que forman parte de nuestra dieta.



LEYES DE LA ALIMENTACION

Completo. Esto significa que la dieta debe contener todos los nutrientes necesarios. Equilibrado, es importante tener la adecuada proporción de los nutrientes que favorecen la salud. Variado. En este punto es importante incluir diversidad de alimentos para poder obtener distintas preparaciones de nutrientes. Suficiente. Es importante cubrir las necesidades de cada persona. Adecuada. Debe ajustarse a las necesidades de cada persona. Sencilla. Este punto es muy importante, ya que significa que no debe representar un riesgo para la salud.



DIETOTERAPIA

La dietoterapia, también llamada terapia dietética, consiste en aplicar, de una forma pragmática, la nutrición humana al tratamiento de una persona. El objetivo es corregir o prevenir una enfermedad.



TIPOS DE DIETA

Erróneamente el concepto de dieta está asociado con la restricción de alimentos, pero en realidad hace referencia a la suma de alimentos que se consumen a lo largo de un día. Al seguir de manera regular y controlada la cantidad y tipo de alimentos que se ingieren, el cuerpo se verá beneficiado de diferentes formas.



DIETAS MODIFICADAS EN CONSISTENCIA

DIETA LIPIDA : esta dieta proporciona los requerimiento diario de agua, pero estimula muy poco gastrointestinal
DIETA BLANDA MECÁNICA : modificada en textura para facilitar su masticación
DIETA BLANDA : este tipo de dieta a porta alimentos integrales de alimentos de consistencia blanda



DIETA MODIFICADAS EN NUTRIENTES

- Las dietas modificadas están enfocadas a pacientes que necesitan mayor o menor cantidad de ciertos nutrientes.
- Los carbohidratos: todos sabemos que estos nutrientes han sido la principal fuente de alimentación del ser humano durante años para realizar sus funciones básicas (energía, mantenimiento, actividad física y mental) en grado que guarda una proporción energética de 70%, por lo que es importante que nos proteja del frío y conserve el calor del cuerpo.
- Los proteínas: son el principio básico de nuestro código genético, forman la materia prima de los tejidos y células, crean hormonas y sustancias muy importantes para nuestro organismo.



INSUFICIENTE MALNUTRICION

la malnutrición es un estado en el que el cuerpo no recibe suficientes nutrientes esenciales para funcionar adecuadamente. Puede manifestarse como una deficiencia o exceso de calorías, proteínas o vitaminas, y puede afectar a personas de todas las edades.



DESNUTRICION

es el consumo insuficiente de proteínas, calorías y otros nutrientes necesarios para el desarrollo óptimo de las capacidades motoras, cognitivas y psicológicas de las personas.