



**INFOGRAFIA DIETA**

**GOMEZ ESCOBAR JONATHAN JOSUE**

**UNIVERSIDAD DEL SURESTE**

**LIC. EN NUTRICION**

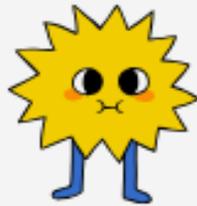
**MATERIA :INTRODUCCION ALA NUTRICION**

**1ER CUATRIMESTRE**

**DOCENTE : LUNA GUTIERREZ PATRICIA DEL ROSARIO**

**FECHA : 30/10/2024**

# DIETA



## ¿QUE ES DIETA ?

1

por definicion se entiende todo el alimento ingerido en un lapso de 24 horas que incluye los habitos alimentarios tecnica de coccion y cantidades sin importar si son alimentos que se acoplan o no requerimos de quien lo ingiere

2

## LAS LEYES DE LA ALIMENTACION

uno de los puntos mas importantes en nuestra alimentacion es reconocer la cantidad de los alimentos que vamos a comer la cantidad que necesitamos consumir para sentirnos satisfechos y equilibrados



las leyes de alimentacion son condiciones para establecer una dieta correcta para cada paciente de forma individualizada

3

## DIETOTERAPIA

pertenece al ambito de la dietetica se enfoca en el estudio de la combinacion optima de nutrientes y la indentificacion de los aspectos claves para prevenir tratar o curar algunas enfermedades



segun la oms la dietoterapia es la terapia que se basa en la prevencion y curacion de enfermedades o eliminacion de sus sintomas a traves de los alimentos que ingerimos a los eliminamos de la dieta



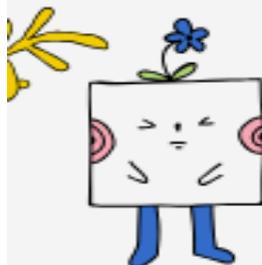
## TIPOS DE DIETA

4

existen múltiples tipos de dieta utilizadas mayormente en el área clínica o hospitalaria se domina dieta correcta aquella ingesta de alimentos que ayuda o mantener y recuperar o mejor la salud

los tipos de dieta se clasifican en :

- dietas modificadas en consistencia
- dietas modificadas en nutrientes
- insuficiente malnutrición y desnutrición



la dieta modificada en consistencia : se emplea como tratamiento en pacientes que tiene dificultades de masticación o deglución tanto alimento sólido como líquido por motivo de eficiencia para facilitar la deglución y principalmente para reducir riesgos de bronco respiración

dieta modificada en nutrientes : es un plan de alimentación que se diseña para cubrir las necesidades de energía y nutrientes de una persona se puede para curar enfermedades reducir síntomas modificar o mantener el peso regular los niveles de grasas y azúcar en la sangre y incrementa la masa muscular



insuficientes malnutrición y desnutrición : es un tipo de malnutrición que es un término que se refiere a un desequilibrio en la ingesta de nutrientes o calorías pues la definición de desnutrición es déficit alimentario malnutrición el desequilibrio en la ingesta de nutrientes o calorías algunos síntomas desnutrición , sobre peso , obesidad, enfermedades

