



UDES

Mi Universidad

Super Nota

Nombre del Alumno: David Enrique Bravo Soto

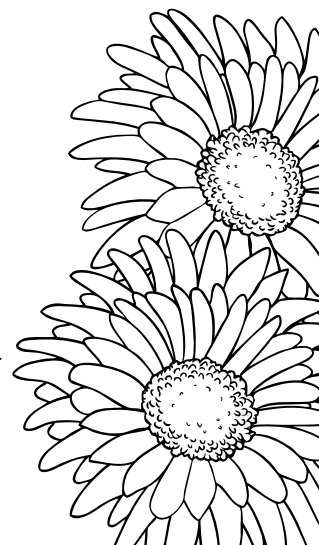
*Nombre de la Materia : NUTRICION EN
ENFERMEDADES GASTROINTESTINALES*

*Nombre del profesor: Daniela Monserrat Méndez
Guillen*

Nombre de la Licenciatura: Nutrición

Cuarto cuatrimestre

Fecha: 30 de Noviembre de 2024





INTOLERANCIAS

Nutrición en la Disfagia.

- **Problema:** Dificultad para tragar.
- **Solución:** Usar texturas modificadas (purés, líquidos espesados).
- **Objetivo:** Prevenir desnutrición y evitar aspiraciones.



Nutrición en Pacientes Inmunodeprimidos

- Necesidad:** Fortalecer el sistema inmune.
- Recomendación:** Dieta rica en nutrientes, evitar alimentos crudos.
- Prevención:** Mantener una buena higiene en la preparación de alimentos.

Nutrición Vegetariana

- Clave:** Planificar bien para evitar deficiencias.
- Fuentes:** Proteínas vegetales, hierro con vitamina C, omega-3, suplemento de B12.



Alimentos Funcionales.

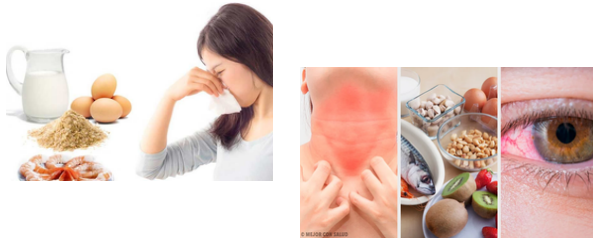
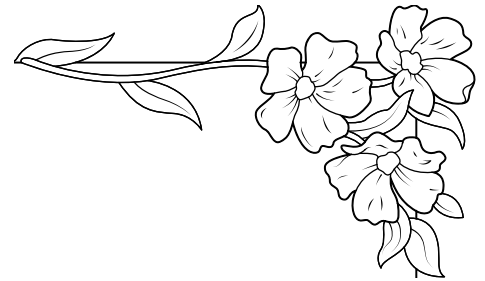
- **Ejemplo:** Yogur con probióticos, avena, té verde.
- **Beneficio:** Mejoran la salud intestinal, controlan colesterol, y son antioxidantes.



Riesgos de los alimentos funcionales



INTOLERANCIAS



Alergias Alimentarias

Acción: Evitar alérgenos como maní, leche o mariscos.

• **Cuidado:** Leer etiquetas, suplementar nutrientes faltantes (calcio en alergia a la leche).



Intolerancias Alimentarias

• **Diferencia:** No afecta al sistema inmune, pero causa molestias digestivas.

• **Ejemplos:** Intolerancia a la lactosa (usar productos sin lactosa) y al gluten (dieta libre de gluten).



Mala Absorción.

Problema: Deficiencias nutricionales por falta de absorción.

• **Solución:** Dieta adaptada a la causa, suplementos de nutrientes clave

