



**Mi Universidad**

## **CUADRO SINOPTICO**

*Nombre del Alumno: Carlos Ariel Perez Hernandez*

*Nombre del tema: Dieta*

*Parcial: 3*

*Nombre de la Materia: Introduccion A La Nutrición*

*Nombre del profesor: Daniela Monserrat Mendez Guillen*

*Nombre de la Licenciatura: Nutrición*

*Cuatrimestre: I*

# definición de dieta

## Definición

Conjunto de alimentos que una persona consume regularmente.

Relacionada con la salud, nutrición y hábitos alimenticios.

## Tipos de dieta

Dietas normales y dietas específicas

Balancedas y variadas.  
\* Bajas en carbohidratos:  
\* Enfocadas en la reducción de carbohidratos.

## Componentes

Macronutrientes.  
Micronutrientes.

\* CH, PROTEINAS Y GRASAS  
\* MINERALES Y VITAMINAS

## Importancia

ayuda en tener una vida plenamente sana y equilibrada

\* Mantiene la salud general.  
\* Previene enfermedades crónicas.  
\* Contribuye al bienestar emocional y físico.

# leyes de la alimentación

## Concepto

Las leyes de la alimentación son condicionantes para establecer una dieta correcta para cada paciente de forma individualizada.

Se pueden dividir en cualitativas y cuantitativas

## leyes de regulación

conjunto de leyes que regulan la producción, el comercio y la manipulación de alimentos.

\* Ley de control de alimentos  
\* Ley de etiquetado de alimentos

## cualitativas

completa.  
variada.  
inocua.  
adecuada.

completa: incluir todos los grupos de alimentos.  
variada: tipos de coccion y alimentos.  
\* inocua ningun alimento malo para la salud.  
adecuada: a gusto del paciente.

## cuantitativas

suficiente.  
equilibrada

\* suficiente: para cubrir todos los requerimientos.  
\* equilibrada: concordancia entre macro y micro

# dietoterapia

## Concepto

Se enfoca en el estudio de la combinación óptima de nutrientes y la identificación de los aspectos claves para prevenir, tratar o curar algunas enfermedades.

- \* Aumento del comercio.
- \* Nuevos productos, intercambio de ingredientes, cambios en hábitos alimenticios.

## Regímenes

Alimentos requeridos para tratar determinadas enfermedades

- \* correcta combinación de alimentos o la eliminación de alguno de ellos permite el tratamiento de determinadas enfermedades y mejorar el estado de salud de los pacientes.

## Estudia

la correcta combinación de alimentos e identifica los aspectos clave en cada tratamiento específico

- \* clave para tratar las enfermedades relacionadas con la alimentación.

## Causas

Enfermedades relacionadas con la nutrición. Diabetes.

- \* Ayuda en Equilibrar los nutrientes del organismo
- \* Reforzar el sistema inmunológico

## Concepto

Existen múltiples tipos de dietas (utilizadas mayormente en el área clínica y/o hospitalaria)

- \* acto voluntario que está condicionado por diversos tipos de factores que determinan una buena alimentación.

## dieta

dieta correcta es la que ayuda en tu salud

- \* mejorar.
- \* recuperar.
- \* sanar.

## nutrición

la correcta nutrición se logra

- \* con alimentos variados para lograr los requerimientos del cuerpo

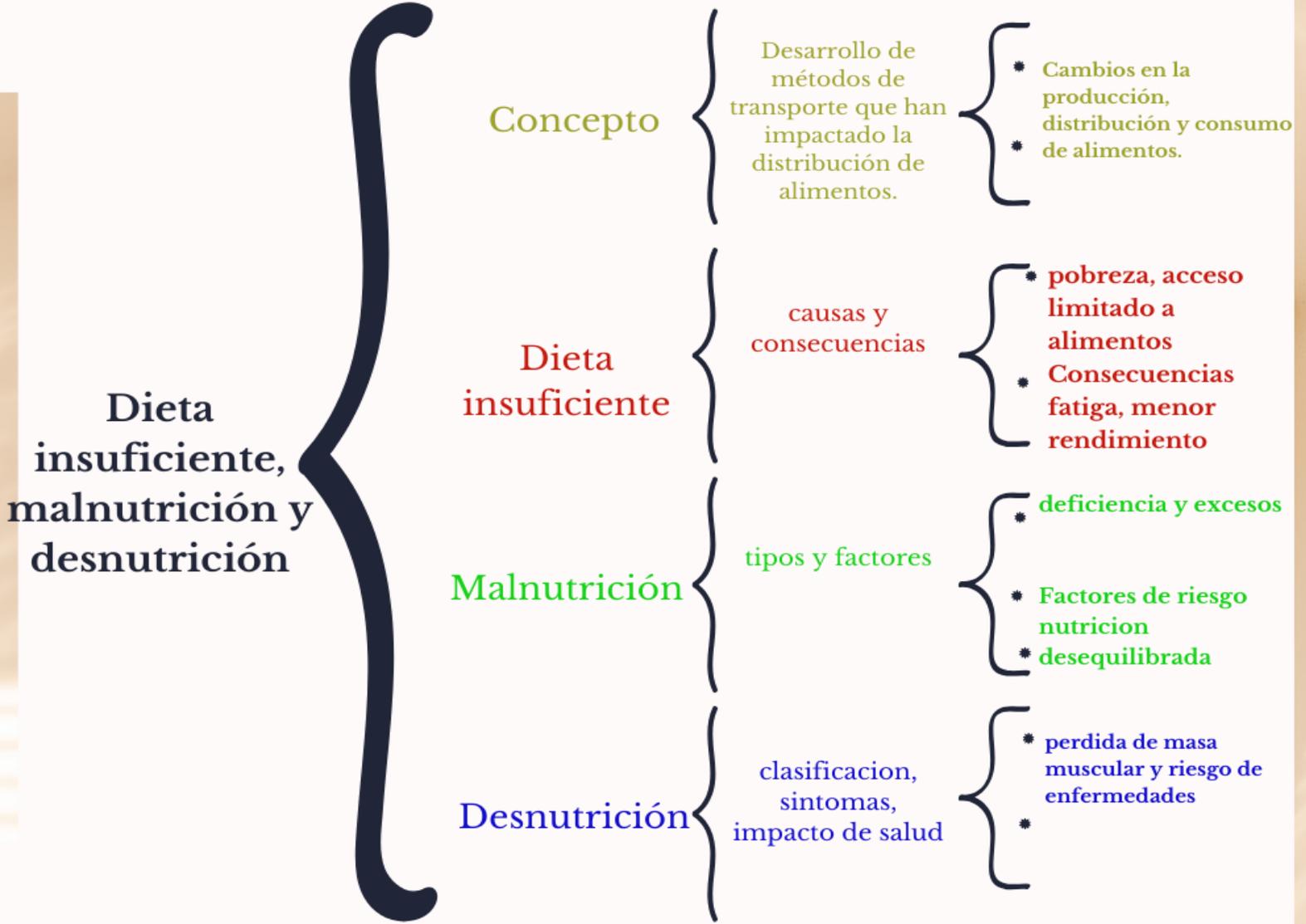
## tipos de dietas

estas dietas se pueden clasificar con ciertas modificaciones

- \* Modificadas en consistencia
- \* Modificadas en el contenido de nutrientes

# tipos de dietas





(UDS, PAG 47-69)

## Bibliografía

UDS. (PAG 47-69). *ANTOLOGIA DE INTRODUCCION A LA NUTRICION DE LA UDS.*

