



MAESTRA: DANIELA MONSERRAT

MENDEZ GUILLEN

ALUMA: SOPHIA SANCHEZ TRUJILO

# DIETAS MODIFICADAS EN EL CONTENIDO DE NUTRIENTES

DIETA HIPOENERGÉTICA  
AQUELLA A LA QUE SE LE REALIZA UNA REDUCCIÓN ENERGÉTICA DEL REQUERIMIENTO BASAL DEL INDIVIDUO, DE 500 A 1000 KILOCALORÍAS DIARIAS Y POR LO TANTO, TAMBIÉN EN LOS PORCENTAJES DE MACRONUTRIENTES.

## SE INDICAN EN ENFERMEDADES

- Metabólicas
- Sobrepeso
- Obesidad
- Hipertensión
- Síndrome de Cushing
- Hipotiroidismo
- Fármacos
- Comsnsupreoricoides

DIETA HIPERENERGÉTICA  
SE INDICA EN SITUACIONES MUY ESPECIALES DE DESGASTE ENERGÉTICO, FRECUENTEMENTE SE ORIGINA POR ENFERMEDADES CATABÓLICAS COMO MUESTRA LA SIGUIENTE FIGURA.

## SE INDICA EN ENFERMEDADES

- Desnutrición
- Enfermedades catabólicas
  - Energética
  - proce energetico -
    - Cancer
    - SIDA
  - Quemaduras
    - Sepsis
    - Neurologic

DIETA BAJA EN CARBONOS  
CARACTERIZA PORQUE EL CONTENIDO DE HIDRATOS DE CARBONO SE MODIFICA REDUCIÉNDOLOS A LOS REQUERIMIENTOS MÍNIMOS, APORTANDO EN SU MAYOR PROPORCIÓN LOS HIDRATOS DE CARBONO DENOMINADOS COMPLEJOS, ESTA DIETA ES ALTA EN FIBRA DIETÉTICA, LO QUE CONTRIBUYE A SACIAR MÁS RÁPIDAMENTE EL APETITO Y DISMINUIR LA GLUCOSA EN SANGRE, ASÍ COMO LOS TRIGLICÉRIDOS (CONTROL METABÓLICO).

## ENFERMEDADES

Las características de esta dieta se orientan directamente a enfermedades metabólicas,  
Diabetes tipo 1 y 2  
Obesidad  
Síndrome metabólico  
Hipertrigliceridemia

# Leyes de alimentación

## ¿qué son?

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

reconocer la calidad de los alimentos que vamos a comer, y la cantidad que necesitamos consumir para sentirnos satisfechos y equilibrados.

## cualitativas

Se refiere a todas las cualidades no medibles numéricamente en la dieta de los pacientes

### COMPLETA:

La dieta debe incluir todos los grupos de alimentos

### VARIADA:

La dieta debe ser intercambiable y variada en alimentos y tipos de cocción. mientras más colores tenga el plato más aporte de nutrientes se obtiene

### INOCUA:

Ninguno de los componentes de la dieta debe representar un riesgo para la salud. Involucra la adecuada higiene personal y

### ADECUADA:

La dieta debe corresponder a los gustos del paciente, su cultura, economía, los aspectos sociales que lo incluyen, religión, etc.

## Cuantitativas

### SUFICIENTE:

Cantidad necesaria para cubrir cada uno de los requerimientos, de acuerdo a su condición o etapa de vida, actividad física que realiza el paciente,

### EQUILIBRADA:

Debe involucrar un equilibrio y concordancia entre los macro y micronutrientes.

# tipos de dietas modificadas en consistencia

## dietas de líquidos claros

Provee líquidos, electrolitos y energía en forma de alimentos de fácil digestión y proporciona un mínimo de residuo intestinal.

### indicaciones

Se utiliza en el periodo posquirúrgico inmediato, en la preparación para examen de colon o cirugía de colon y en la diarrea aguda de corta duración.

#### alimentos recomendados:

La alimentación con base en líquidos claros consiste en alimentos líquidos, infusiones, jugos de fruta colados, agua de fruta, nieve y paletas heladas de agua, gelatina, caldo o consomé.

## dieta de líquidos completos

Provee líquidos, energía, proteínas, lípidos e hidratos de carbono en alimentos de fácil digestión (salvo en personas intolerantes a la lactosa) y proporciona un mínimo de residuo intestinal.

### indicaciones

Se utiliza en un periodo de transición entre la alimentación de líquidos claros y la dieta suave en sujetos con alimentación mixta (parenteral y oral), con problemas de deglución y masticación

#### alimento recomendado:

La alimentación con base en líquidos generales se conforma de alimentos como leche, yogurt natural, huevo, cereales cocidos no integrales, verduras cocidas y coladas, sopas, crema, caldos, consomé, margarina, helado, gelatina, jugos

## dieta de puré

La dieta suave provee una alimentación completa con alimentos sólidos de consistencia suave.

### indicaciones

Se utiliza en pacientes con cirugía de cabeza y cuello, con problemas dentales, de masticación o de deglución, También se emplea para personas con várices esofágicas.

#### alimentos recomendados

Puede incluir los alimentos de una dieta normal preparados de manera que su consistencia sea suave. Las verduras y frutas al horno, hervidas o al vapor,

## dieta blanda

aunque no modifica la consistencia de los alimentos incluye alimentos preparados con muy pocas grasas o aceites, especias y condimentos.

### indicaciones

Este tipo de plan alimentario se utiliza en el periodo de transición entre el plan de consistencia líquida, la alimentación enteral, parenteral o mixta y la dieta normal

#### alimentos recomendados

En la dieta blanda los alimentos deben estar preparados a la plancha, hervidos, estofados, asados o al horno, con la mínima cantidad de grasa o aceite. Las especias y condimentos se deben utilizar con discreción, según la tolerancia del paciente.

# ETAPAS DEL PROYECTO



## DIETA

### HIPERPROTEÍCA

Quando el consumo sobrepasa a 1g /kg/día de proteínas, se considera que es una dieta hiperproteica, existen estados fisiológicos que requieren un consumo mayor a los requerimientos normados,

#### INDICACIONES

Se indica en pacientes que se encuentran en hipercatabolismo, (autoconsumo), por lo que los requerimientos de proteína se requieren en cantidades mayores, es necesario que durante la administración de esta dieta se cuide la función renal.

#### ENFERMEDADES

Sepsis  
Desnutrición proteica  
ERC en tratamiento sustitutivo  
Politraumatizado  
VIH  
Cancer  
Quemados

### DIETA BAJA EN PURINAS

Es aquella en la que los alimentos permitidos tienen un bajo contenido de purinas, sustancias que se encuentran en los alimentos, además, el cuerpo las produce naturalmente, estas son degradadas y convertidas en ácido úrico, el cual debe eliminarse, si anormalmente este se acumula en la sangre,

#### INDICACIONES

cuando se presenta de forma primaria por consumo excesivo de alimentos productores de ácido úrico, o de forma secundaria en pacientes que por alguna patología no eliminan este producto de desecho.

Elevación de ácido úrico por ingesta elevada purinas  
Gota  
Enfermedad Renal

### DIETA HIPOSODICA

controla la ingestión de sodio (Na) para mantener el estado de hidratación a fin de impedir la retención de líquidos. El sodio (Na) no sólo está presente en la sal, sino también en todos los alimentos, principalmente en los procesados. Es comúnmente utilizada en casos de hipertensión arterial.

### DIETA HIPERSODICA

Dieta que prioriza la cantidad elevada del consumo de alimentos altos en sodio y generalmente se utiliza para pacientes con hiponatremia, es de muy corta duración.

# DEFINICION DE DIETA

## DEFINICION

se entiende todo alimento ingerido en un lapso de 24 horas, que incluye los hábitos alimentarios, técnicas de cocción y cantidades,

## CONCEPTO

proviene del griego *diáita*, que significa "modo de vida". La dieta, por lo tanto, resulta un hábito y constituye una forma de vivir.

## ¿QUE IMPLICA ?

rol significativo en la salud y enfermedad de un individuo, los cuales están condicionados por diversos factores (el estado de salud, la situación económica, la sociedad, la cultura y la religión).

## DIFERENCIAS

No debe confundirse el término "dieta" con el término "plan alimentario/ régimen de alimentación", ya que la segunda se refiere al conjunto de estrategias y dinámicas con base en el objetivo individual del paciente.

## UNA MALA INFORMACION SOBRE DIETA

TCA, enfermedades o trastornos de la conducta alimentaria  
Una dieta carente de los necesarios nutrientes, en cantidad y calidad, puede causar desnutrición, Expertos indican que perder peso de forma rápida puede provocar hipoglucemia, deshidratación, fatiga crónica e incluso debilidad de huesos, articulaciones y afectaciones del tejido muscular y magro.

# Dieta insuficiente, malnutrición y desnutrición

## DIETA INSUFICIENTE

Una dieta por debajo de lo normal causa disminución en el rendimiento de los sistemas fisiológicos, especialmente en los mecanismos para el aporte de oxígeno y la eliminación de los desechos metabólicos.

## MALNUTRICIÓN

Es el estado que aparece como resultado de una dieta desequilibrada, en la cual hay nutrientes que faltan, o de los cuales hay un exceso, o cuya ingesta se da en la proporción errónea. La malnutrición ocurre cuando el cuerpo no obtiene suficientes nutrientes las causas son una dieta deficiente, trastornos digestivos y otras enfermedades. Los síntomas son fatiga, mareos y pérdida de peso. la desnutrición no tratada puede causar retraso mental o incapacidad física.

## DESNUTRICIÓN

Se llama desnutrición a un estado patológico de distintos grados de seriedad y de distintas manifestaciones clínicas causadas por la asimilación deficiente de alimentos por el organismo. La desnutrición puede ser causada por la mala ingestión o absorción de nutrientes, también por una dieta inapropiada como hipocalórica o hipoproteica, tiene influencia en las condiciones sociales o psiquiátricos de los afectados. existe una deficiencia, exceso o desbalance en la ingesta de uno o varios nutrientes que el cuerpo necesita (ejemplo: vitaminas, hierro, yodo, calorías, entre otros).

