



Mi Universidad

Mapa Conceptual

Nombre del Alumno: Kevin Emanuel Aguilar Hernández.

Nombre del tema: Dieta

Parcial: 3°

Nombre de la Materia: Introducción a la Nutrición

Nombre del profesor. Méndez Guillen Daniela Monserrat

Nombre de la Licenciatura: Nutrición.

Cuatrimestre: Primer Cuatrimestre.

02/Noviembre/2024

Dieta

Definición

Todo alimento ingerido en un lapso de 24 horas, que incluye los hábitos alimenticios, técnicas de cocción y cantidades.

Hábitos alimenticios y preferencias

Dieta omnívora

Dieta carnívora

Dieta vegetariana

El concepto proviene del griego *dáita*, que significa "modo de vida".

Leyes de la alimentación

Definición

Son condicionantes para establecer una dieta correcta para cada paciente de forma individualizada.

subdivisión

Cualitativas

Completa

La dieta debe incluir todos los grupos de alimentos.

Variada

La dieta debe ser intercambiable y variada en alimentos y tipos de cocción. Es decir, aunque el grupo de alimentos sea el mismo, el alimento debe cambiar.

Inocua

Involucra la adecuada higiene personal y alimentaria.

Adecuada

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

Cuantitativas

Suficiente

Cantidad necesaria para cubrir cada uno de los requerimientos, de acuerdo a su condición o etapa de vida.

Equilibrado

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

Dietoterapia

¿Qué es?

Disciplina que pertenece al ámbito de la dietética.

Definición

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

Datos Importantes

Algunas patologías están directamente relacionadas con la alimentación.

Se basa en la prevención y curación de las enfermedades o la eliminación de sus síntomas, a través de los alimentos que ingerimos o los que eliminamos de la dieta.

Tipos de dieta

Modificadas en consistencia

Indicaciones

se suele aplicar con pacientes que tienen dificultades de masticación o deglución

Subdivisiones

Dieta de líquidos claros

Dieta de líquidos completos o líquidos generales

Dieta de purés

Dieta suave

Dieta blanda

Modificadas en el contenido de nutrientes

Indicaciones

Para el acompañamiento, curación o para tratamiento del Px con alguna enfermedad

Modificación de nutrientes según la patología y fisiología del Px.

Subdivisiones

Dietas modificadas en contenido energético y macros.

Energía

Hipoenergetica

Hiperenergetica

Carbohidratos

Modificada en tipo y cantidad de carbohidratos

Fibra dietetica modificada en residuo Brat/Braty

Lipidos

Modificados en tipo y cantidad de lipidos

Cetogenica

Proteinas

Modificadas en tipo y cantidad de proteinas Hipo/Hiperproteica

Modificada en purinas

Dietas modificadas en contenido de Micronutrientes

Respecto al contenido de Sodio

Hiposódica

Hipersódicas

Dieta insuficiente, malnutrición y desnutrición

Dieta insuficiente

Definición

Es una dieta por debajo de lo normal que causa disminución en el rendimiento de los sistemas

Malnutrición

Definición

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.

Causas

simplificación en las dietas que se basan en: hidratos de carbono refinados, grasas y aceites procesados.

Síntomas de una malnutrición

fatiga, mareos y pérdida de peso. la desnutrición no tratada puede causar retraso mental o incapacidad física.

Desnutrición

Definición

Patología de distintos grados de seriedad y de distintas manifestaciones clínicas causadas por la asimilación deficiente de alimentos por el organismo.

Causas

Mala ingestión o absorción de nutrientes, también por una dieta inapropiada como hipocalórica o hipoproteica

Tipos

Kwashiorkor

por insuficiencia proteica en la dieta

Marasmo

flaqueza exagerada a falta de un déficit calórico total en la dieta. (insuficiencia proteica y energética)