

Karla Sandoval
Geronimo

Planeacion Dietética



Grado 2

Nutricion

DANIELA MONSERRAT
MENDEZ GUILLEN

Comitan De
Dominguez Chiapas

DIETA LIQUIDOS CLAROS



CONCEPTO

Esta es la dieta intermedia entre los líquidos y dieta blanda

El cambio de la dieta es conforme la tolerancia con la que cuenta nuestro paciente.



Dieta de fácil digestión, almacena poco residuo y no contiene condimentos algunos todos los alimentos cuentan con la misma característica que es su consistencia líquida

esta dieta se basa en 3 tiempos de comida desayuno comida y cena



DIETA LIQUIDOS CLAROS

el desayuno consta de
1 taza de 240ml de té de manzanilla
gelatina de agua 100ml
la comida de: 1 tazón de 200ml de
consomé desgrasado
gelatina de agua 100ml
1 vaso de 200 ml de agua de limón
y para la cena
una taza de 240ml de atole de maicena
con agua
1 vaso de 200ml de jugo de manzana

DESAYUNO <ul style="list-style-type: none">• 1 taza de té de manzanilla• 100 ml de gelatina de agua	
	COMIDA <ul style="list-style-type: none">• 1 taza de consomé desgrasado• 100 ml de gelatina de agua
CENA <ul style="list-style-type: none">• 1 taza de atole de maicena con agua• 1 vaso de 200 ml de jugo de manzana	

Esta dieta tiene como tiempo límite de consumo un máximo 72 hrs



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



en que ocasiones se recurre a esta dieta:
en periodo posquirúrgico inmediato, preparación para examen de colon o cirugía de colon y en la diarrea aguda de corta duración.

DIETA LIQUIDOS GENERALES

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



Está dieta intermedia entre dieta líquidos claros y dieta blanda

si la dieta se administra de una buena manera se puede llegar a consumir por varios días



Dieta de fácil digestión

Requerimiento 1500 a 1800 kcal al día

DIETA LIQUIDOS GENERALES



Hidratos de carbono 55%. 247.5gr = 990kcl totales
Proteína 15%. 67.5gr = 270kcl totales
Lípidos 30%. 60gr = 540kcl totales
Tota
100% en la distribución
1800kcal de la dieta



dieta de
consistencia
líquida



Alimentos permitidos leche, yogurt natural, huevo, cereales cocidos no integrales, verduras cocidas y coladas, sopas, crema, caldos, consomé, margarina, helado, gelatina, jugos colados, nieves y paletas de agua, infusiones, café, aguas de sabor, caramelos, miel, azúcar, sal y pimienta (según su tolerancia del paciente).



utilizado 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 o con problemas inflamatorios del aparato gastrointestinal.



DIETA LICUADA O ENTERAL

alimentación nutricionalmente completa en (proteínas, hidratos de carbono, lípidos, fibra, vitaminas, minerales y agua)

dieta liberada en un tracto digestivo



Dieta rica en nutrientes y alta en residuos
glucerna y caseca son utilizadas en vía hospitalaria



esta dieta es blanda de manera natural Y suave
El consumo es a través de sonda nasogastrica, gastrostomica, yeyunosomía, icolostomia.



Comida licuada

fórmulas artesanal son hechas por uno mismo y las polimericas:son polvos, líquidas, ya que están industrializadas

Si el paciente tiene cancer o culeras gastricas lo más recomendable colocarle sonda nasogastrica pero alguien que tiene mucha experiencia ya que el estómago cuenta con un Ph de 2 lo que es bastante acido



DIETA BLANDA



Dieta transición entre líquido y sólidos

alimentos altos en residuos y ricos en nutrientes



dieta de 1800-2000kcal



plan alimentario utilizado en periodo de transición entre el plan de consistencia líquida, la alimentación enteral, parenteral o mixta y la dieta normal;



Procesos inflamatorios del aparato gastrointestinal - gastritis, úlcera o colitis- y cuando existe intolerancia a los lípidos



incluye alimentos preparados con muy pocas grasas o aceites, especias y condimentos.

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. Se deben excluir chiles, pimienta negra, menta, pimentón, curry, jitomate y las especias concentradas.



DIETA HIPERPROTEICA



Dieta alta en proteína

IDR=10-15% VCT

IDR NORMAL=0.8-1.2% /kg

IDR PROTEÍNA=15% VTC



Se le conoce así porque es mayor de 1.2% Del IDR proteico



plan alimentario utilizado atletas de alto rendimiento que son personas que su trabajo es estar 24/7 en área deportiva y tienen una elevación de gasto de energías



en este caso si llegarían consumir 2.5-3 gramos por peso del atleta



En esta dieta predomina el consumo proteico, la recomendación sería no exceder de los valores requeridos ya que podría afectar a los riñones de nuestro paciente y tener el ajuste al requerimiento de nuestro paciente y cubrir hidratos y los lípidos



Está dieta también es utilizada para pacientes con obesidad tipo 2 y 3 altamente recomendada para la pérdida de peso en este caso





DIETA HIPOPROTEICA



Dieta que restringe moderadamente la ingesta en proteína IDR 0,6-0,8 gr/kg/día

en terreno práctico esta dieta es algo restrictiva para nuestros hábitos nutricionales.



0,8-0,9 gr/kg peso ideal/día resulta una propuesta razonable y posibilista en pacientes con enfermedad renal crónica

proteína de origen vegetal predomina y de origen animal, se permiten una amplia gama, pero la diferencia es que se limita la cantidad.



dieta presente en porcentaje de macronutrientes

utilizada para la pérdida de peso

pacientes con ERC, Metabólicas y proteinuria

Reducción energética de 500-1000 kcal/Día

El 60% de origen animal, 40% origen vegetal garantiza consumo de aminoácidos esenciales





DIETA HIPERCALORICA



Dieta alta en energía (superávit)

Mayor consumo de carbohidratos complejos y menor consumo en carbohidratos simples

Utilizada para el aumento de peso

Indicadas en situaciones muy especiales de desgaste físico



realizar deporte la evitar ganancia excesiva de tejido adiposo

Se permite todo tipo de alimentos siempre tomando en cuenta la situación del paciente



Si el paciente está encamado evitar el consumo de leguminosas y algunas verduras que produzcan gases e inflamación

utilizada para la ganancia de musculo.

generalmente es originada por enfermedades metabólicas

Cancer, sepsis, neurológicas y quemaduras



DIETA HIPOCALORICA

Dieta baja en contenido energético (Deficit)

Reducción de carbohidratos

Utilizada para perdida de peso/perdida de grasa

en está dieta

buscamos comer

menos energia y

quemar más



Se recomienda la eliminación de fármacos, corticoides y inmunosupresores

realizar deporte ,cuidar las porciones que se le indica y caminar

mantenerse en constante movimiento



Los pacientes que tienen sobrepeso

obesidad

hipotiroidismo

y síndrome de cushing

son pacientes que llevan este plan alimenticio

Comen todo tipo de

alimentos, solamente evitan las

grandas, mantequillas y exceder con

su requerimiento energético diario





DIETA HIPOGLUCIDA



Dieta baja específicamente en la ingesta de carbohidratos simples y alta en carbohidratos complejos



alimentos permitidos
lacteos/derivados descremados
huevos,claras y yemas(según el paciente)



carnes blancas (Pescado,pavita y pollo)

cereales<cantidad limitada

evitar las bebidas

gasificadas,té,alcohol y bebidas azucaradas



Los pacientes que tienen problemas metabólicos diabetes M1 Y M2 sobrepeso diabetes gestacional síndrome metabólico resistencia a la insulina(factor de riesgo a desarrollar diabetes) son pacientes que llevan este plan alimenticio





DIETA HIPOSODICA



Dieta sódica controlada

esta dieta evita la retención de líquidos y mantiene en hidratación al paciente



alimentos permitidos

lacteos

frutas y verduras

carnes

pescados

aceites de origen vegetal

cereales

evitar alimentos muy procesados, y el exceso de sodio



Los pacientes que tienen problemas en la presión arterial

este mineral está presente en alimentos procesados y la sal





DIETA HIPERSODICA



Dieta alta en niveles de consumo de sodio esta dieta de corta duraci3n



dieta para pacientes con hipertermia



Ayuda a aumentar la presi3n arterial

