

**Mi Universidad**

**Super Nota**

*Nombre del Alumno: Estrella Morales Rodríguez*

*Nombre del tema: Super Nota*

*Parcial: Cuarto*

*Nombre de la Materia: Planeación Dietética*

*Nombre del profesor: Daniela Monserrat Méndez Guillen*

*Nombre de la Licenciatura: Nutrición*

*Cuatrimestre: segundo*

Comitán de Domínguez Chiapas a 28 marzo de 2025

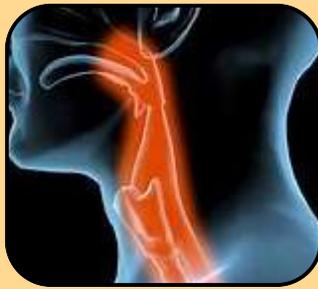
# DIETAS



🔍 **Líquidos claros** ✕

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

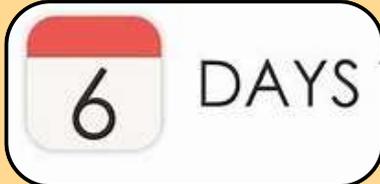




### Líquidos generales



Provee líquidos, proteínas, energía e hidratos de carbono en alimentos de fácil digestión, aporta residuos, es bajo en grasa y no hay limitación de color en los alimentos.



### Líquida o enteral



Dieta que se administra alimentos de forma líquida (oral o sonda). Y es aquella nutricionalmente completa (prot, hc, lip, vit, minerales y fibra).





Q **Blanda** x

No modifica la consistencia de los alimentos, es rica en nutrientes, consta de alimentos blandos (natural o procesados) y es alta en residuos.



Q **Hiperproteica** x

Es alta en proteínas y se aumentan HC y lípidos, el aporte va de 1.5 a 2g por kg de peso al día.





Q **Hiper**calórico x

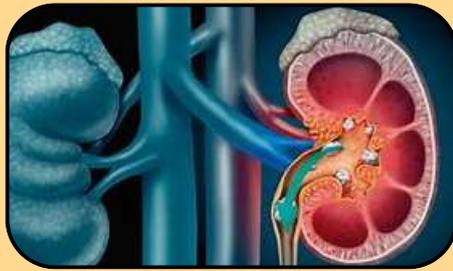
Es una dieta alta en calorías que permite aumentar el peso. la dieta tiene un aporte de 3000 a 3500 kcal.



Q **Hipo**glúida x

Es una dieta baja en carbohidratos simples. la dieta debe realizarse en cinco tiempos de comida.





Hiposódica



Es una dieta en la que el sodio está restringido.



Hipoproteica



Dieta baja en proteínas (< 0.8g), debe cubrir el resto de los nutrientes y debe cuidar el aporte de kilocalorías para evitar déficit energético.





Q **Hipocalórica** x

Dieta que aporta menos de 800 kcal/día con el objetivo de maximizar los resultados de la restricción calórica en el tratamiento del exceso ponderal.



Q x

- UDS 2025 Antología Institucional, Planeación Dietética (pág. 72-87).
- UDS 2024 Antología institucional, Introducción a la Nutrición (pag., 53-69)