

Rubi Elizabeth Pérez
Jiménez

Daniela Monserrat Méndez
Guillen



2 Nutrición

Súper nota



Dietas

DIETA DE LIQUIDOS CLAROS

QUE ES ?

Son dietas que tienen un mínimo de residuos y sin color, excepto :

- Rojos
- Naranjados
- Morados

Intermedia entre el ayuno y el inicio de la alimentación
nulo aporte calórico
consumida 24-48 horas
Es de fácil digestión

PARA PACIENTES

- pre ex
- past cx
- Masticación
- Estudios de imagen
- colonoscopia
- Endoscopia

ALIMENTOS QUE SE PUEDEN CONSUMIR

Licuadao
Batidos
Gelatina
Atol
Té
Caldos

HOSPITALARIA

- pacientes con úlceras



DIETA DE LIQUIDOS CLAROS

QUE ES ?

Intermedia entre los líquidos claros y dieta blanda

Debe realizarse de acuerdo a la tolerancia del paciente , es decir de fácil digestión , contiene pocos residuos

PARA PACIENTES

- problemas de masticación
- colonoscopia
- eEndoscopia

ALIMENTOS QUE SE PUEDEN CONSUMIR

- Te de manzanilla
- Gelatina
- Agua de Limón
- Atole de Maicena
- Jugo de manzana



DIETA DE LICUADO ENTERAL

QUE ES ?

Es aquella nutrición completa (proteínas, hidratos de carbono, lípidos, fibra, vitaminas, minerales y agua)

Es liberada en alguna sección del tracto digestivo



PARA PACIENTES

- Diabéticos
- Con sonda nasogastrica

ALIMENTOS QUE SE PUEDEN CONSUMIR

Lechuga, yogurt, pollo, hígado, huevo, zanahoria, chayote, manzana, pera, Arroz, Avena, Elote, Galletas M, Aceite, Maiz, miel de abeja

HOSPITALARIA



Nasogastrica
gastrostomia
yeyunostomia
hostomia

DIETA BLANDA

QUE ES ?

Aporta alimentos íntegros en consistencia blanda
aporta aproximadamente 1,800-2,000 kcal
se incorpora frutas y verduras

Altas en residuos
Ricas en nutrientes
No se permiten alimentos fritos
Deben ser horneados o al vapor

PARA PACIENTES

Pacientes con problemas gastrointestinales

- que no tienen buenas encías
- incapacidad digestiva

ALIMENTOS QUE SE PUEDEN CONSUMIR

Yogur ,frutos secos ,cereales,pescado ,arroz
Gelatina aceite , caramelo ,miel

HOSPITALARIA

Problemas gastrointestinales



DIETA HIPERPROTEICA

QUE ES ?

Es una dieta alta en proteína

- perdida de peso
- corrige el metabolismo
- ganancia de masa muscular

PARA PACIENTES

Pacientes con obesidad

- Deportistas
- Pacientes con recomposición corporal
- pacientes con desnutrición

ALIMENTOS QUE SE PUEDEN CONSUMIR

Carnes magras, pollo ,cerdo,cordero
pescados , salmón , huevo, yogur ,semillas



DIETA HIPERCALORICA

QUE ES ?

Es una dieta altas en caloría donde deben aumentarse la calidad y cantidad de alimentos y aumento de hidratos de carbono , proteína , en menor medida las grasas

- Dieta alta en calorías que permiten aumentar peso
- Aporte de 3,000-3,500
- evita malestar digestivo

PARA PACIENTES

- Delgadez
- Alimentos deficientes
- Perdida de apetito
- Trastornos de absorción
- Excesiva actividad física

ALIMENTOS QUE SE PUEDEN CONSUMIR

Carnes magra, pescado, pollo, huevo , legumbres lácteos , frutos secos , arroz , avena ,pasta pan integral queso , yogurt



DIETA HIPOGLUCIDA

QUE ES ?

Es un plan de alimentación que ayuda a controlar los niveles de azúcar en la sangre

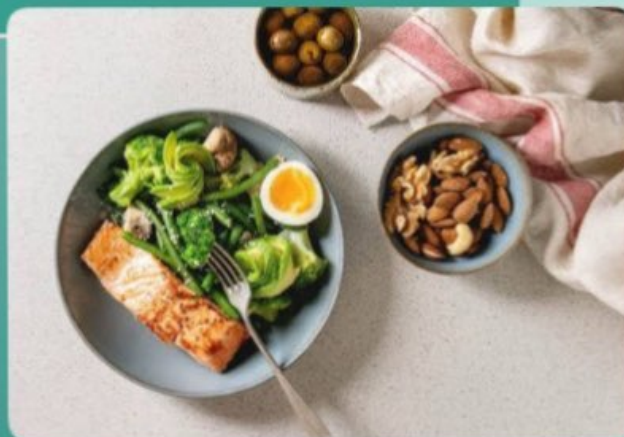
- Los carbohidratos son de 100-250gr al día de los cuales son complejos
- Tiene aporte de 1500-1800 kcal
- Debe realizarse en 5 tiempos de comida

PARA PACIENTES

- Pacientes con DMI y DMII y gestación
- con obesidad
- triglicidemia
- con síndrome metabólico

ALIMENTOS QUE SE PUEDEN CONSUMIR

Arroz , pasta , maíz ,pan
frutas , verduras , naranja ,uva
espárragos , brócoli ,espárragos
zanahoria ,fresas,



DIETA HIPOSODICA

QUE ES ?

Alimentación que reduce el consumo de sodio y sal

•se recomienda para prevenir y controlar enfermedades como la hipertensión y las cardiopatías

PARA PACIENTES

- HTA (hipertensión arterial)
- Edema(retención de líquido)
- ERC (Enfermedad renal crónica)

ALIMENTOS QUE SE PUEDEN CONSUMIR

Carnes , aves, viseras
pescado de agua dulce o de mar
huevo,leche , yogures, queso sin sal
arina , legumbres , verduras , hortalizas



NORMAS PRACTICAS EN ALIMENTACION ENTERAL

QUE ES ?

Alimentos empleados para la NE deben presentarse en forma líquida , homogénea sin grumos y con un gramo de viscosidad tal que permita su paso por una sonda delgada

- Fuentes de hidratos de carbono
- fuentes de proteínas
- vías de acceso de alimentación

PARA PACIENTES

- Pacientes con sonda nasogastrica
- sonda naso-gastro-duodenal
- sonda nado-gastro-yuoyenal

ALIMENTOS QUE SE PUEDEN CONSUMIR

Carnes , pescados (homogeneizados)
leche desnatada , proteínas en polvo comercial
aceite de oliva o de semilla, vitaminas en polvo
puré de patatas o verduras

