

TRASTORNOS DE LA CULTURA ALIMENTICIA

ALUMNA: YADIRA GUADALUPE MORALES RAMÍREZ.

ESCUELA. UNIVERSIDAD DEL SURESTE "UDS".

CATEDRÁTICA. JULIBETH MARTINEZ GUILLEN.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD. CUADRO SINÓPTICO DE TRASTORNOS DE LA CULTURA ALIMENTICIA

NOVENO CUATRIMESTRE, GRUPO A.

LUGAR Y FECHA. COMITÁN DE DOMÍNGUEZ, CHIAPAS. JULIO DE 2025.

DIETAS HOSPITALARIAS

TIPOS

Garantiza que un px hospitalizado alcance un estado de nutrición óptimo

• Dietas basales

- Px ambulatorio 2000-3000 kcal
- Px pediátrico 1500-2000 kcal

• Usos

- Evaluación inicial del estado nutricional
- Recuperación postoperatoria
- Base para dietas terapéuticas
- Mantenimiento de la salud

• Alimentos recomendados

- Pt: Carnes magras, pescados y huevos
- HC: Arroz, pasta, pan integral y papa
- Lip: Procedentes del aceite de oliva
- Frutas y verduras cocidas o al vapor
- Lácteos bajos en grasa

• Dietas terapéuticas

- Orientadas a tratar una enfermedad
- Modificada en consistencia

• Tipos

- Líquidas
- Semilíquidas
- Suaves
- Blandas

• Dietas especiales

- Orientada a tratar una enfermedad
- Adquieren el nombre del nutriente que modifique

• Tipos

- Con restricción calórica
- Con restricción glucémica
- Modificación proteica
- Modificación lipídica
- Modificación de fibra
- Modificación en micronutrientes

DIETAS TERAPÉUTICAS

LÍQUIDOS CLAROS/ ABSOLUTA

- Líquidos traslucidos
- Provee energía, electrolitos, minerales, vitaminas e HC de fácil digestión
- No se debe usar condimentos comerciales
- Para px pre o postoperatorios
- En px con disfagia a sólidos

Alimentos recomendados

- Agua
- Caldos
- Tés
- Gelatinas

LÍQUIDOS GENERALES/COMPLETOS

- Alimentos en presentación líquida y colada
- Provee energía, electrolitos, minerales, vit, PT, LP e HC de fácil digestión
- No se debe usar condimentos comerciales
- Incluir lácteos a tolerancia
- En px pre o postoperatorios
- En px con disfagia a sólidos

Alimentos recomendados

- Agua
- Batidos con leche
- Jugos sin pulpa
- Leche descremada
- Gelatina
- Caldos

DIETA DE PURÉS/ SEMILÍQUIDA

- Alimentos en presentación de puré con consistencia líquida
- Provee energía, minerales, vit, PT, LP e HC
- En px pre o postoperatorios
- En px con disfagia a sólidos y líquidos
- en px con edentulismo u úlceras orales

Alimentos recomendados

- Frutas y verduras cocidas
- Pollo
- Pescado
- Huevo

DIETAS TERAPÉUTICAS

DIETA SUAVE/FÁCIL MASTICACIÓN

- Todo alimento de fácil masticación
- El alimento no debe tener orillas cortantes
- Provee energía, minerales, vit, PT, LP e HC
- En px pre o postoperatorios
- En px con disfagia a líquidos
- Px con edentulismo, caquexia y úlceras orales
- Para px con estreñimiento

Alimentos recomendados

- Leche y otros productos lácteos bajos en grasa
- Verduras cocidas
- Carnes magras cocidas
- Frutas cocidas
- Huevo
- Pollo

DIETA BLANDA

- Todo alimento sin irritantes
- Libre de condimentos comerciales
- Bajas en grasa
- En px postoperatorios
- En px con sx de colon irritable
- En px con gastritis

Alimentos recomendados

- Lácteos bajos en grasa
- Vegetales cocidos
- Frutas suaves como plátanos y manzanas
- Carnes magras cocidas
- Pescados blancos

DIETAS ESPECIALES

CON RESTRICCIÓN CALÓRICA

- Restringe la cantidad de kcal
- No descuida el aporte de macro y micronutrientes
- Hipocalórica de 1000 kcal
- Dieta hipocalórica de 1500 kcal
- Dieta hipocalórica de 1800 kcal

Alimentos recomendados

- Frutas de temporada
- Verduras de temporada
- Lácteos descremados
- Carnes magras
- Cereales integrales

CON RESTRICCIÓN GLUCÉMICA

- Restringe la cantidad de calorías al día, especialmente de HC
- Dieta diabética de 1500 kcal
- Dieta diabética de 1000 kcal
- Dieta hipoglucídica

Alimentos recomendados

- Frutas frescas
- Verduras frescas
- Lácteos descremados
- Carnes magras
- Cereales integrales

MODIFICACIÓN PROTEICA

- Dieta hipoproteica (de 40g o 20 g)
- Dieta hipoproteica
- Sin gluten

Alimentos recomendados

- Frutas
- Verdura: espinaca
- Lácteos descremados
- Carnes magras
- Frutos secos
- Aceite de oliva

DIETAS ESPECIALES

MODIFICACIÓN LIPÍDICA

- Dieta hipolipídica
- Dieta de protección biliopancreática

Alimentos recomendados

- Aceite de oliva
- Pescados grasos (salmón, sardinas)
- Aguacate
- Nueces
- Semillas
- Lácteos descremados
- Carnes magras

MODIFICACIÓN DE FIBRA

- Dieta sin residuos
- Dieta astringente
- Dieta laxante o rica en residuos

Alimentos recomendados

- Frutas y verduras cocidas
- Evitar granos integrales y legumbres
- Alimentos bajos en fibra
- Carne, pescado y huevos
- Productos lácteos bajos en grasa

MODIFICACIÓN EN MICRONUTRIENTES

- Dieta con control de sodio
- Dieta con control de potasio
- Dieta con control de minerales
- En px con hipertensión

Alimentos recomendados

- Frutas
- Verduras
- Cereales integrales
- Legumbres
- Carnes magras
- Lácteos

BIBLIOGRAFÍA

- APUNTES DEL DÍA 25 DE JUNIO DEL AÑO 2025 DE TRASTORNOS DE LA CULTURA ALIMENTICIA
- DIETA DE LÍQUIDOS CLAROS. (S/F). MEDLINEPLUS.GOV. RECUPERADO EL 5 DE JULIO DE 2025 DE [HTTPS://MEDLINEPLUS.GOV/SPANISH/ENCY/PATIENTINSTRUCTIONS/000205.HTM](https://medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/000205.htm)
- QUÉ ES UNA DIETA BASAL Y QUÉ ALIMENTOS INCLUYE. (2025, ABRIL 3). UNIVERSIDAD EUROPEA. [HTTPS://UNIVERSIDADEUROPEA.COM/BLOG/DIETA-BASAL/](https://universidadeuropea.com/blog/dieta-basal/)
- (S/F). RECUPERADO EL 5 DE JULIO DE 2025, DE [HTTP://FILE:///C:/USERS/USER/DOWNLOADS/NORTHWESTERN-MEDICINE-DIETA-DE-LIQUIDOS-COMPLETOS-FULL-LIQUID-DIET.PDF](http://file:///C:/Users/User/Downloads/NORTHWESTERN-MEDICINE-DIETA-DE-LIQUIDOS-COMPLETOS-FULL-LIQUID-DIET.PDF)
- DIETA BLANDA. (S/F). MEDLINEPLUS.GOV. RECUPERADO EL 5 DE JULIO DE 2025, DE [HTTPS://MEDLINEPLUS.GOV/SPANISH/ENCY/PATIENTINSTRUCTIONS/000068.HTM](https://medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/000068.htm)
- DE LA, Á. DE N. (S/F). DIETA HIPOCALÓRICA DE 1.100 KCAL. [HTTPS://WWW.CUN.ES](https://www.cun.es); CLÍNICA UNIVERSIDAD DE NAVARRA. RECUPERADO EL 5 DE JULIO DE 2025, DE [HTTPS://WWW.CUN.ES/CHEQUEOS-SALUD/VIDA-SANA/NUTRICION/DIETA-BAJA-CALORIAS-1100-KCAL](https://www.cun.es/chequeos-salud/vida-sana/nutricion/dieta-baja-calorias-1100-kcal)
- ZANIN, T. (2017, OCTUBRE 19). DIETA DE PROTEÍNAS/ HIPERPROTEICA: ALIMENTOS PERMITIDOS Y A EVITAR (CON MENÚ) - TUA SAÚDE. TUA SAÚDE. [HTTPS://WWW.TUASAUDE.COM/ES/DIETA-HIPERPROTEICA/](https://www.tuasaude.com/es/dieta-hiperproteica/)
- (S/F). UNADMEXICO.MX. RECUPERADO EL 5 DE JULIO DE 2025, DE [HTTPS://DMD.UNADMEXICO.MX/CONTENIDOS/DCSBA/BLOQUE2/NA/04/NDIE/UNIDAD_04/DESCARGABLES/NDIE_U4_CONTENIDO.PDF](https://dmd.unadmexico.mx/contenidos/dcsba/bloque2/na/04/ndie/unidad_04/descargables/ndie_u4_contenido.pdf)