



Nombre de la alumna: America Nahil
Espinosa Cruz

Nombre de la Profesora: Julibeth Martinez

Materia: Transtornos de la Cultura
Alimentaria

Tema: Dietas Hospitalarias

Unidad: III

Licenciatura: Nutrición

Cuatrimestre: 9no

DIETAS Hospitalarias

DIETA NORMAL O BASAL

Uso: Pacientes sin restricciones alimentarias.

Alimentos recomendados: Todos los grupos alimenticios, preparación saludable.

DIETA BLANDA

Uso: Postoperatorios, problemas gastrointestinales leves.

Alimentos recomendados: Carnes magras cocidas, purés, frutas cocidas, pan blanco.

DIETA LÍQUIDA

LIQUIDOS CLAROS

Uso: antes de procedimientos médicos, después de cirugías o para controlar síntomas como náuseas, vómitos o diarrea

Alimentos recomendados: agua, caldos, gelatina

LIQUIDOS COMPLETOS

Uso: después de cirugías o procedimientos gastrointestinales.

Alimentos recomendados: Agua, jugos, caldos, leche, batidos, suplementos nutricionales líquidos, gelatinas, helado, pudín, entre otros.

DIETA SEMIBLANDA O DE FÁCIL DIGESTIÓN

Uso: Recuperación gastrointestinal, infecciones.

Alimentos recomendados: Verduras cocidas, arroz, carnes suaves, frutas cocidas.

DIETAS Hospitalarias

DIETA HIPOCALORICA

Uso: Obesidad, sobrepeso, síndrome metabólico.

Alimentos recomendados: Verduras, frutas, carnes magras, cereales integrales, productos bajos en grasa.

DIETA HIPERCALÓRICA

Uso: Desnutrición, caquexia, aumento de requerimientos energéticos.

Alimentos recomendados: frutos secos, aceites, cereales, lácteos enteros.

DIETA HIPERPROTEICA

Uso: Pacientes con necesidades proteicas elevadas (postoperatorio, quemados).

Alimentos recomendados

- Carnes magras, huevos, pescado
- Lácteos enteros o enriquecidos
- Legumbres
- Suplementos proteicos orales
- Frutos secos

DIETA ASTRINGENTE

Uso: Diarrea aguda, colon irritable.

Alimentos recomendados: Arroz blanco, pan tostado

- Plátano maduro, manzana cocida
- Zanahoria cocida
- Pollo cocido sin grasa
- Té negro

DIETA PROGRESIVA (FASE DE TRANSICIÓN)

Uso: Recuperación postoperatoria o digestiva.