

“Tipos De Dietas”

Lic. Javier Céspedes Mata

CONCEPTOS DIETOTERAPÉUTICOS

Partiendo de que la nutrición:

“Es el resultado de un comportamiento de funciones armónicas y solidarias entre sí, que tienen por objetivo mantener la integridad normal de la materia y asegurar la vida”

La Alimentación

Que es el aporte de la materia y que comprende desde el momento de la selección de un alimentos hasta que se absorbe.

El Metabolismo

Que es la modificación o cambio de la materia y energía que comienza a partir del momento en que se utiliza como energía para construir células o se deposita como reserva.

y La Excreción

Que es la eliminación de la parte utilizada no necesaria, y de lo no utilizable.

Cuando se modifican o alteran los tiempos de la nutrición, se modifican los procesos, lo que hace necesario una alimentación a través del régimen dietético adecuado, ya que cada individuo tiene necesidades distintas.

-Un grupo de alteraciones que se cura casi exclusivamente con la alimentación.

- Otro grupo se cura predominantemente por medicamento, pero es indispensable un régimen adecuado que asegure mantener el estado general del paciente en condición de resistir y aumentar defensas.
- El tercer grupo de alteración la alimentación es complemento del medicamento.
- El cuarto grupo de alteración, están aquellas en el que el régimen dietético debe aportar mayor cantidad de un nutrimento.

Así la Dietoterapéutica cumplirá sus objetivos de prevenir, curar y establecer la nutrición al estado normal, cuando este ha sido alterado.

El tratamiento dietético debe ser integral y juega un papel importante el dietista clínico como parte equipo de salud para que desde el ingreso del paciente hasta su alta, el régimen a seguirse el adecuado no solo a su alteración sino a su edad, talla, peso actual.

**CLASIFICACIÓN Y MANEJO
DE DIETAS
EN HOSPITAL**

CLASIFICACIÓN Y MANEJO DE DIETAS EN HOSPITAL

La dietoterapéutica tiene como finalidad Prevenir, Curar y Restablecer la nutrición al estado normal, cuando este a sido alterado.

DIETA NORMAL

- La ingesta variada y equilibrada de alimentos sólidos y líquidos por vía oral es la idónea en condiciones normales de salud. Pero cuando dichas condiciones se alteran, es necesario ajustar la dieta para adecuarlas a las necesidades específicas de cada caso.



DIETA DE LIQUIDO CLARO

Una dieta de líquidos claros está hecha de líquidos transparentes (o translúcidos), de 1000 a 1500ml/día constituida por agua, son jugo (manzana, arándano) evitando jugos con pulpa, caldos claros, gelatina, caldo vegetales sin grasa y té.



DIETA BLANDA

- Vegetales en puré, huevos (no fritos)leche, queso cotagge, pescado, aves, res tierna, ternera, cereales refinados o comprimidos, pan blanco, pescado hervido, tortilla, arroz caldoso, evita las frutas y los vegetales crudos, así como los alimentos con piel, los frutos secos, las semillas.



DIETAS LIQUIDAS COMPLETAS

- Leche y productos lácteos, flan, crema, huevos suaves, sopa de cremas, papillas, puré, nieves, natillas, yogurt sin fruta, cereales calientes, helados, malteadas, y cualquier jugo de frutas.



Existen mas dietas dependiendo las necesidades

- Dieta baja en residuos
- Dieta alta en residuos
- Dieta hipocalórica
- Dieta hipercalórica
- Dieta hipolipídica
- Dieta hiperproteica
- Dieta hiposódica
- Dieta hipoglucemia