



LICENCIATURA: NUTRICIÓN APLICADA
ASIGNATURA: DIETOTERAPIA

NÚMERO Y TÍTULO DE LA UNIDAD:

Unidad 1. Introducción a la Dietoterapia

ACTIVIDAD:

Evidencia de aprendizaje. “La dietoterapia y las patologías”

ASESORA:

ISABEL CLARK MONTOYA

ESTUDIANTE:

GUILLERMO DE JESÚS VÁZQUEZ OLIVA

MATRICULA: ES231107260

FECHA DE ENTREGA:

14 de octubre de 2024



INTRODUCCIÓN

El tratamiento nutricional mediante dietas terapéuticas es una parte fundamental del manejo de diversas enfermedades y condiciones de salud. Las dietas modificadas permiten ajustar la ingesta de nutrientes, texturas o consistencia de los alimentos, según las necesidades específicas de cada paciente, para garantizar una adecuada nutrición y facilitar la recuperación. Dependiendo de la patología o situación clínica, se pueden utilizar diferentes tipos de dietas, ya sea para facilitar la digestión, controlar el consumo de ciertos nutrientes o asegurar el suministro de energía en pacientes con restricciones alimentarias. A continuación, se presenta un cuadro con los tipos más comunes de dietas terapéuticas, sus indicaciones, y ejemplos de menús que cumplen con los requisitos nutricionales establecidos para cada una.



DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Tipo de dieta	Descripción (breve y precisa)	Indicaciones terapéuticas (cuándo se indica)	Ejemplo de menú
Modificada en consistencia	Modificación de la textura y consistencia sin alterar los nutrientes.	Para pacientes con dificultades para masticar o tragar, post-cirugía de cuello, cabeza, o problemas neurológicos. (SSA, 2010)	Sopa de zanahoria en puré, pollo molido con puré de papas, compota de manzana.
Modificada cualitativa y cuantitativamente	Alteración en la cantidad y/o calidad de los macronutrientes y micronutrientes (proteínas, carbohidratos, grasas, etc.).	Para controlar enfermedades como la hipertensión, diabetes, dislipidemias o insuficiencia renal. (IMSS, 2023)	Ensalada verde con aceite de oliva, pescado al vapor con verduras al vapor, gelatina light.
Hipoenergética	Disminución en el aporte calórico total.	Indicada en el manejo de la obesidad o sobrepeso.	Ensalada mixta, pechuga de pollo a la plancha, brócoli al vapor, manzana verde.
Hiposódica	Restricción del sodio en la dieta.	Indicada en pacientes con hipertensión arterial, insuficiencia cardíaca o retención de líquidos. (IMSS, 2023)	Crema de calabaza sin sal, pechuga de pollo asada con espinacas, rodaja de piña fresca.
Hiperproteica	Aumento en la cantidad de proteínas para mejorar la regeneración tisular.	Indicada en pacientes con quemaduras, desnutrición o post-cirugía para mejorar la cicatrización. (IMSS, 2023)	Omelette de claras con espinacas, atún a la plancha, yogur griego natural sin azúcar, nueces.
Hipolipídica	Disminución en la ingesta de grasas, especialmente las saturadas.	Para pacientes con hipercolesterolemia, dislipidemias o enfermedad cardiovascular. (SSA, 2010)	Ensalada de lechuga y tomate con vinagreta, pescado blanco al horno, arroz integral, fresas con yogur.



Sin gluten	Eliminación total del gluten (proteína presente en el trigo, cebada, centeno).	Indicada en la enfermedad celíaca o sensibilidad al gluten no celíaca. (SSA, 2010)	Sopa de verduras sin pasta, filete de pescado con puré de camote, fruta fresca.
Líquida clara	Dieta compuesta solo de líquidos claros, sin residuos.	Indicada en pacientes post-operatorios, antes de exámenes digestivos o en cuadros de diarrea aguda. (IMSS, 2023)	Caldo de pollo desgrasado, jugo de manzana sin pulpa, gelatina de limón.
Líquida general	Dieta basada en líquidos, incluyendo lácteos y caldos espesos.	Indicada en la transición de la dieta líquida clara a la normal en pacientes post-operatorios o con problemas digestivos. (SSA, 2010)	Caldo de res, yogur líquido sin azúcar, licuado de frutas sin pulpa.
Parenteral	Administración de nutrientes directamente por vía intravenosa.	Indicada en pacientes con trastornos graves del sistema digestivo o en situación crítica donde la vía oral no es viable. (SSA, 2010)	Nutrición a base de soluciones intravenosas (glucosa, aminoácidos, lípidos, vitaminas, minerales).



CONCLUSIONES

Las dietas terapéuticas juegan un papel esencial en la atención médica al proporcionar un apoyo nutricional adaptado a las necesidades específicas de los pacientes. La correcta selección de una dieta, ya sea modificada en consistencia, cualitativa, cuantitativa o en valor nutrimental, puede mejorar significativamente el pronóstico y calidad de vida de los pacientes, facilitando su recuperación y contribuyendo al manejo de condiciones crónicas. Además, la individualización de los planes de alimentación permite abordar tanto las limitaciones físicas como los requerimientos nutricionales. Con el adecuado seguimiento y evaluación, estas dietas permiten optimizar el estado nutricional y favorecer la salud integral del paciente.



FUENTES DE CONSULTA

Secretaría de Salud (SSA). (2010). Guía de Manejo de la Dieta Hospitalaria en Adultos. Recuperado de <https://www.gob.mx/salud/documentos/guia-de-manejo-de-la-dieta-hospitalaria-en-adultos>

Hospitalaria, L. D., Al criterio, es un P. de A. A., & Patología, Y. (s/f). Clasificación y manejo de dietas terapéuticas a nivel hospitalario. Hgz89.com. Recuperado el 15 de octubre de 2024, de <https://hgz89.com/docs/nutricion/CATALOGO%20PLATILLOS%202023%20HGZ89.pdf>

UNADM. (s/f). Introducción a la Dietoterapia. Unadmexico.mx. Recuperado el 4 de octubre de 2024, de https://dmd.unadmexico.mx/contenidos/DCSBA/BLOQUE2/NA/04/NDIE/unidad_01/descargables/NDIE_U1_Contenido_2024-2.pdf