



**LICENCIATURA: NUTRICIÓN APLICADA**  
**ASIGNATURA: DIETOTERAPIA**

**NÚMERO Y TÍTULO DE LA UNIDAD:**

Unidad 1. Introducción a la Dietoterapia

**ACTIVIDAD:**

Autorreflexiones U1

**ASESORA:**

ISABEL CLARK MONTOYA

**ESTUDIANTE:**

GUILLERMO DE JESÚS VÁZQUEZ OLIVA

**MATRICULA:** ES231107260

**FECHA DE ENTREGA:**

20 de octubre de 2024



## DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Los aprendizajes obtenidos a partir de los temas tratados, como el concepto de dieta, dietoterapia, la clasificación de las dietas, la progresión de la dieta hospitalaria, las vías de alimentación, y la fundamentación del uso de la dieta en diversas patologías, son fundamentales para la práctica como futuro nutriólogo. Estos conocimientos me permiten no solo entender la importancia de la alimentación en el mantenimiento de la salud, sino también cómo utilizarla como herramienta terapéutica en la prevención y tratamiento de enfermedades. A continuación, se detalla cómo estos aprendizajes se aplican en la práctica clínica, con un enfoque centrado en la individualización y la adaptación de los tratamientos nutricionales según las necesidades de cada paciente.

El concepto de dieta va mucho más allá de simplemente seleccionar alimentos que conformen las comidas diarias de una persona. Este término engloba una planificación estructurada que busca satisfacer las necesidades energéticas y nutricionales de cada individuo, considerando sus características personales como la edad, el estado de salud, el nivel de actividad física y sus preferencias alimentarias. Entender el concepto de dieta en este sentido amplio es clave para mi práctica como nutriólogo, ya que permite desarrollar planes de alimentación personalizados y balanceados, ajustados a las características únicas de cada paciente. Por ejemplo, en el caso de un paciente con hipertensión, no solo se reduciría la ingesta de sodio, sino que también se incorporarían alimentos ricos en potasio y magnesio, lo cual ayudaría a controlar la presión arterial de forma más eficaz.

La dietoterapia, por su parte, es una herramienta terapéutica que utiliza la alimentación como un recurso fundamental para el manejo y tratamiento de diversas patologías. Este enfoque permite ver la dieta no solo como un medio para nutrir al cuerpo, sino como una intervención específica para prevenir o tratar enfermedades. En la práctica clínica, este concepto es de vital importancia, ya que permite integrar el tratamiento médico con la intervención nutricional de manera coherente y complementaria. En pacientes con enfermedades como la diabetes mellitus, la dietoterapia juega un papel crucial al ayudar a controlar los niveles de glucosa en sangre mediante la regulación del consumo de carbohidratos, grasas y proteínas. Además, el enfoque dietoterapéutico puede adaptarse a la fase de la enfermedad y al estado metabólico del paciente, lo que facilita una mejor gestión de su salud a largo plazo.

La clasificación de las dietas es un tema esencial para los nosotros como profesionales de la nutrición, ya que permite categorizar y adaptar las dietas según la condición clínica del paciente. Las dietas pueden clasificarse en varias categorías según su consistencia, aporte calórico, nutrientes específicos o la patología que se



busca tratar. Este conocimiento es fundamental para seleccionar adecuadamente el plan alimenticio para cada paciente. En la práctica, por ejemplo, si un paciente requiere una dieta hipocalórica para controlar el peso, o si necesita una dieta alta en proteínas para mejorar la recuperación muscular, la correcta clasificación de las dietas permite estructurar las comidas de manera eficiente y efectiva. Además, este enfoque ayuda a ofrecer recomendaciones precisas, especialmente cuando el paciente necesita seguir restricciones dietéticas específicas.

Otro aspecto crucial aprendido es la progresión de la dieta hospitalaria, un proceso que implica ajustar la dieta de los pacientes en función de su estado de recuperación. Por ejemplo, en pacientes postquirúrgicos, puede ser necesario empezar con una dieta líquida y luego progresar a una dieta blanda o sólida a medida que su sistema digestivo se recupera. Este proceso de progresión debe ser monitoreado y ajustado en función de la tolerancia del paciente y su capacidad para digerir y absorber los nutrientes. En mi futura práctica, esta progresión será clave para asegurar que los pacientes reciban los nutrientes necesarios en cada etapa de su recuperación, evitando complicaciones como la malnutrición o el estrés gastrointestinal.

Finalmente, el conocimiento sobre las diversas vías de alimentación, como la vía oral, enteral y parenteral, permite una mejor atención a pacientes con necesidades especiales. En situaciones en las que los pacientes no pueden alimentarse por vía oral debido a una cirugía o una enfermedad crítica, es fundamental conocer cuándo y cómo utilizar la nutrición enteral o parenteral para asegurar que el paciente reciba el aporte nutricional adecuado. Aplicar este conocimiento en mi práctica será crucial en casos de pacientes hospitalizados o con dificultades para la alimentación oral, como aquellos que sufren de trastornos de deglución o pacientes en estado crítico que requieren soporte nutricional especializado.

La comprensión de estos conceptos me permitirá como nutriólogo abordar de manera integral y personalizada las necesidades alimenticias y nutricionales de mis pacientes. Desde el desarrollo de planes de dieta personalizados hasta la implementación de dietoterapia y el uso de vías alternativas de alimentación, estos conocimientos son fundamentales para mejorar la salud y calidad de vida de los pacientes.



## FUENTES DE CONSULTA

Cetys, U. F. V. (2023, junio 26). ¿Qué es la Dietoterapia? Formación profesional UFV. <https://www.ufv.es/cetys/blog/que-es-la-dietoterapia/>

Estrada. (2020, julio 22). La textura de los alimentos en una dieta de progresión. Imágenes Médicas Dr. <https://www.imagenesmedicasdrchavarriaestrada.com/post/la-textura-de-los-alimentos-en-una-dieta-de-progresi%C3%B3n>

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>

Nutrición enteral y parenteral. ¿Qué son y para qué sirven? (s/f). Aeped.es. Recuperado el 15 de octubre de 2024, de <https://enfamilia.aeped.es/temas-salud/nutricion-enteral-parenteral-que-son-para-que-sirven>

SESV. (2023). SESV reitera la importancia de acudir con un nutriólogo o nutrióloga para el cuidado de la salud. Gob.mx. <https://www.ssa.gov.mx/blog/2023/01/27/boletin-sesver-reitera-la-importancia-de-acudir-con-un-nutriologo-o-nutriologa-para-el-cuidado-de-la-salud/>

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\\_Contentido\\_2024-2.pdf](https://dmd.unadmexico.mx/contenidos/DCSBA/BLOQUE2/NA/04/NDIE/unidad_01/descargables/NDIE_U1_Contentido_2024-2.pdf)