**LICENCIATURA: NUTRICIÓN APLICADA**

# ASIGNATURA: [DIETOTERAPIA](https://campus.unadmexico.mx/course/user.php?mode=grade&id=878&user=18527)

# 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](https://campus.unadmexico.mx/user/view.php?id=35370&course=878)

**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. |
| Liquida 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>