



Clasificación y manejo de dietas terapéuticas a nivel hospitalario.

La dieta hospitalaria, es un plan de alimentación adaptado al criterio, patología y diagnóstico médico. La gran diversidad de dietas se caracteriza con criterios de una alimentación suficiente, variada, equilibrada, saludable.

La gran diversidad de dietas se caracteriza con criterios de una alimentación suficiente, variada, equilibrada, saludable.

DIETA BLANDA

DEFINICIÓN:

Régimen que se caracteriza por la consistencia de los alimentos fáciles de digerir y con poco residuo.

Está dentro de las “dietas de tolerancia” pues sirve para que el organismo se adapte progresivamente a una alimentación normal después de una enfermedad, ayuno o cirugía.

APLICACIÓN:

Se recomienda en pacientes que tienen alteraciones en parte del tubo digestivo, pre y postoperatorio.

DIETA BLANDA



- Verduras con pollo (Pechuga de pollo, chayote, zanahoria y brócoli)
- Arroz blanco con zanahoria
- Plátano macho cocido
- Pan blanco de caja
 - Té



- Machaca de res (cuete cocido deshebrado con huevo)
- Vegetales al vapor (brócoli, chayote, zanahoria)
- Fruta fresca naranja
- Pan blanco de caja
 - Galleta maría
 - Atole de vainilla



- Picadillo de res (Molida de res, zanahoria, papa y calabacita)
- Sopa de fideo
- Fruta fresca papaya
- Pan blanco de caja
 - Agua fresca



DIETA MODIFICADA EN NA

DEFINICIÓN:

Régimen en el que se limita o suprime el cloruro de sodio, con modificaciones en las cantidades de alimentos que lo contienen.

APLICACIÓN:

Alteraciones más frecuentes en hipertensión arterial, cardiopatías y en enfermedades hepáticas, nefropatías en pacientes con edema de otra etiología

DIETA PACIENTE NEFRÓPATA

DEFINICIÓN:

Régimen que se caracterizará de acuerdo con la necesidad del paciente

- Dieta **hipoproteica** (de menos de 40 g): dietas bajas en proteínas.
- Dieta **hiperproteica**: esta dieta aumenta la cantidad diaria de proteína que ingiere una persona.

RECOMENDACIONES:

Evitar el consumo de alimentos altos en sodio (embutidos: jamón, salchicha, peperoni, alimentos en salmuera).

Revisar etiquetas nutrimentales: evitar alimentos procesados con la leyenda "Exceso de sodio".

Consumo de sal menor a 5g de sal al día (1 cucharadita)

Evitar el consumo de sustituto de sal (preferir sal de grano).

Remojar leguminosas, verduras, una noche anterior y cambiar el agua.

Doble cocción: cambiar el agua a la mitad de la cocción por agua nueva, NO utilizar el agua para otras preparaciones

Picar finamente y congelar frutas y verduras para la pérdida de potasio y posteriormente realizar doble cocción a las verduras

Si consume fruta en almíbar o cocidas, consumir sólo la fruta y no el jugo o agua.

Preferir métodos de cocción hervido en agua para preparar alimentos

Utilizar especias y hierbas aromáticas para sazonar alimentos

Evitar el consumo de más de 3 yemas de huevo por semana (si se tiene el fósforo elevado).

Evitar ayunos prologados, realizar comidas pequeñas y frecuentes

Restringir el consumo de azúcar, mermeladas, repostería y bollería.





Preferir grasas vegetales; el aceite de oliva de preferencia en crudo (NO cocinarlo)

Consumir alimentos ricos en fibra: cereales, frutas, verduras y leguminosas.

Moderar el consumo de mariscos (algunos son altos en colesterol).

Restringir el consumo de líquidos según lo indique el médico o el nutriólogo.

APLICACIÓN:

Se realizará en forma individual y de acuerdo con el diagnóstico médico y nutricional del paciente.

Se aplica en caso de personas desnutridas, factores de estrés, proceso infeccioso, cáncer, VIH, enfermedad renal, diálisis peritoneal y hemodiálisis.

DIETA MODIFICADA EN NA



- Ensalada de pollo (Pechuga de pollo, zanahoria, papa, lechuga y crema)
- Sopa de arroz rojo
- Manzana cocida
- Chayote al vapor
- Pan blanco de caja
 - Aqua fresca

- Pechuga de pollo con verduras (Pechuga de pollo, zanahoria, germinado de soya y calabacita)
- Vegetales al vapor (zanahoria, calabacita y chayote)
 - Fruta fresca piña
 - Pan blanco de caja
 - Galleta maría
 - Atole de avena





GOBIERNO DE
MÉXICO



Jefatura Servicios de Prestaciones Médicas
Coordinación Prevención y Atención a la Salud
Coordinación De Nutrición y Dietética
OOAD Estatal Jalisco.

DIETA MODIFICADA EN NA



- Pieza de pollo cocida
- Sopa de arroz a la poblana
- Vegetales al vapor (zanahoria, calabacita y chayote)
- Fruta fresca uva
- Pan blanco de caja
- Agua fresca



DIETA SIN COLECISTOQUINÉTICOS

DEFINICIÓN:

Dieta de protección biliar, evitando la estimulación de la vesícula biliar, baja en grasas, en especial las de origen animal, los condimentos

APLICACIÓN:

Régimen desgrasado de protección biliar, coleditiasis, padecimientos hepáticos, Hepatitis vesícula biliar y Pancreatitis e Hipotiroidismo.

DIETA SIN COLECISTOQUINÉTICOS



- Pechuga De pollo con verduras (Pechuga de pollo, zanahoria, brócoli y chayote)
- Fruta fresca guayaba
 - Galleta maría
 - Pan blanco de caja
 - Agua fresca

- Claras de huevo con verduras (claras de huevo cocidas, zanahoria y chayote)
 - Fruta fresca melón
 - Galleta maría
 - Pan blanco de caja
 - Té





GOBIERNO DE
MÉXICO



Jefatura Servicios de Prestaciones Médicas
Coordinación Prevención y Atención a la Salud
Coordinación De Nutrición y Dietética
OOAD Estatal Jalisco.

DIETA SIN COLECISTOQUINÉTICOS



- Tepanyaki de pollo (pechuga de pollo, calabacita, zanahoria, germinado de soya, pimienta morrón y chayote)
- Arroz blanco con zanahoria
 - Fruta fresca naranja
 - Pan blanco de caja
 - Agua fresca



DIETA MODIFICADA EN HC

DEFINICIÓN:

Régimen modificado en Hidratos de Carbono y kilocalorías por debajo de las recomendaciones de la dieta normal.

APLICACIÓN:

Se emplea de forma individual en las siguientes alteraciones: Diabetes Mellitus, Obesidad, Síndrome metabólico, Epilepsia, Hipertrigliceridemia e Hipoglucemia reactiva.

DIETA MODIFICADA EN HC



- Torta de papa con pollo (pechuga de pollo, papa, salsa roja y lechuga)
- Fruta fresca piña
- Espagueti rojo
- Pan blanco de caja
- Agua fresca

- Ensalada de pollo (pechuga de pollo, zanahoria, lechuga y crema)
- Fruta fresca naranja
- Calabacita al vapor
- Pan blanco de caja
- Agua fresca





GOBIERNO DE
MÉXICO



Jefatura Servicios de Prestaciones Médicas
Coordinación Prevención y Atención a la Salud
Coordinación De Nutrición y Dietética
OOAD Estatal Jalisco.

DIETA MODIFICADA EN HC



- Tepanyaki de res
(Bistec de res, zanahoria,
pimiento morrón, germinado
de soya, calabacita y brócoli)
 - Arroz blanco
 - Fruta fresca melón
 - Pan blanco de caja
 - Agua fresca



DIETA COMPLEMENTARIA

DEFINICIÓN:

Este tipo de dieta su consistencia en papilla o consistencia picados finos y en trocitos.

RECOMENDACIONES:

Tomar al menos de 6 a 8 vasos de agua natural al día.

Puede comer comidas de distintas texturas y espesor.

La dieta será lo más similar a la dieta tradicional, modificando la textura de los alimentos duros (carne, verduras, frutas).

Incluir sopas licuadas, consomés, cremas de verduras, purés de frutas, leches, yogurt.

Preferir jugos naturales, aguas de fruta fresca.

Incluir cereales cocidos en puré (avena, arroz o papa). Papilla de carnes (res, pescado, pollo, jamón). Huevo tibio.

Puede agregar líquidos como el caldo, la leche o el jugo natural para licuar.

APLICACIÓN:

Este tipo de dieta su consistencia es semilíquida, se diseña para paciente geriátrico o adulto con problemas de masticación y/o deglución.

DIETA COMPLEMENTARIA



- Papilla de manzana
- Papilla de pollo cocido
- Papilla de calabacita
- Pan blanco de caja
- Atole de chocolate



DIETA COMPLEMENTARIA

- Papilla de chayote
- Papilla de pollo con papa
- Papilla de zanahoria
- Pan blanco de caja
 - Agua fresca



- Papilla de carne molida de res
 - Papilla de manzana
 - Papilla de cereal de avena
 - Papilla de chayote
 - Agua fresca



DIETA LÍQUIDA

DEFINICIÓN:

Régimen en donde se utilizan alimentos líquidos, a temperatura ambiental, con la cantidad de alimento no se satisfacen los requerimientos del paciente, por tal motivo es indudable que no debe suministrarse por mucho tiempo. Aporta aproximadamente de 140 a 200 Kilocalorías.

RECOMENDACIONES:

Consiste en consumir líquidos como agua, consomé y gelatina natural, que se digieren fácilmente y no dejan residuos no digeridos en el tracto intestinal.

Los líquidos y alimentos pueden tener color, siempre y cuando sea posible ver a través de ellos.

Los alimentos pueden considerarse líquidos si se derriten parcial o totalmente hasta convertirse en líquidos a temperatura ambiente.

APLICACIÓN:

Se suministra en el período postoperatorio, o por algún estudio en especial, pero por un período muy corto (Dieta de transición).

Ayuda mantener una hidratación adecuada, proporciona algunos electrolitos importantes como el sodio y el potasio y da energía en ocasiones en las que no es posible ni recomendable llevar una alimentación de otro tipo.





DIETA LICUADA VÍA ORAL

DEFINICIÓN:

Régimen que se utiliza con alimentos licuados con aporte calórico según requiera el paciente.

Valiosa opción nutricional para pacientes que presenten dificultad para masticar y deglutir los alimentos sólidos.

Se basa en consumir alimentos o bebidas que hayan sido licuados.

RECOMENDACIONES:

- Usar licuadora o procesador de alimentos (de preferencia exclusiva para los licuados)
- Cortar los alimentos en tozos pequeños
- Mezcle cantidades iguales de sólido y líquido. Puede usar menos cantidad de líquido para frutas y verduras.
- Pase la comida que se licuó por un colador para quitar trozos enteros y semillas.

APLICACIÓN:

Padecimientos maxilofaciales, con problemas de deglución, problemas neurológicos, etc. Por un período indefinido.

1 medida de BIN	1 medida de CASEC
=	=
41.6 kcal	36 kcal
1.65 gr de Proteína	8.8 gr de proteína

EN H





**GOBIERNO DE
MÉXICO**



Jefatura Servicios de Prestaciones Médicas
Coordinación Prevención y Atención a la Salud
Coordinación De Nutrición y Dietética
OOAD Estatal Jalisco.

DIETA LICUADA POR SONDA ENTERAL

DEFINICIÓN:

Régimen que se otorga con dieta: elemental, polimérica, enteral o artesanal. La nutrición enteral es una técnica de soporte nutricional que consiste en administrar los nutrientes directamente en el tracto gastrointestinal mediante sonda.

RECOMENDACIONES:

- Cocer y licuar los alimentos para formar un bolo y posteriormente dividirlo en las tomas indicadas.
- Licuar y colar muy bien con una manta de cielo o colador fino utilizado solo para alimentación del paciente.
- Dividir la toma y reservarlos en refrigerador hasta su uso. Calentar en baño María la toma antes de utilizar o en microondas checando la temperatura final antes de pasarlo por la sonda.
- Checar la tolerancia a los lácteos, si causan diarrea o inflamación evitar o utilizar deslactosada.
- Si hay diarrea hacer una toma de jugo de arroz con una manzana cocida sin cascara y pasarle lentamente por la sonda.
- Si hay estreñimiento hacer el licuado con avena cocida y su jugo. También se puede hacer una toma laxante de jugo de naranja, papaya y 2 cditas de aceite.
- Al finalizar el licuado de pasar por la sonda, se puede pasar 100 ml de agua para limpiar residuos.
- Lavar muy bien la bolsa de alimentación después de uso con agua tibia.

APLICACIÓN:

Se recomienda para pacientes con tracto intestinal funcional y que por condiciones fisiológicas no toleran la vía oral, deglución, etc. Se emplean sondas para su administración



**GOBIERNO DE
MÉXICO**



Jefatura Servicios de Prestaciones Médicas
Coordinación Prevención y Atención a la Salud
Coordinación De Nutrición y Dietética
OOAD Estatal Jalisco.

