



1. Un pacient ha estat un mes en dieta absoluta amb nutrició parenteral. Com s'ha de pautar la reintroducció d'aliments? Posa exemples d'una dieta ideal per aquest pacient durant dos setmanes. Com s'anomenaria la dieta?

Haurà de realitzar una dieta progressiva, començant per una dieta hídrica (líquida) durant uns dies, començant amb dieta líquida més bàsica (aigua, tes..), per passar a una dieta que se li incorporin succhs naturals sense polpa, brous sense greix, begudes de cereals. Finalment a aquesta dieta líquida se li pot incorporar líquids de digestió més complexa, com succhs de taronja amb polpa, llet descremada, flams, iogurts, gelats etc. Aquesta graduació variarà en funció de la tolerància.

Quan porti uns dies tolerant la dieta líquida avançada pot incorporar progressivament aliments de fàcil digestió, però en poca quantitat, com arròs, pasta, patata, verdures, carns i peixos amb poc greix cuinats al vapor, al forn, bullits, microones.

2. Fes un llistat d'aliments ideals per un pacient que té diarrea. Com s'anomena aquesta dieta?

- Arròs blanc
- Iogurt natural
- Sopa de fideus
- carns o peix amb poc greix cuinats a la planxa, microones, forn o bullits:
peixos blancs i carn magra (pollastre, gall d'indi, vedella)
- Poma ratllada sense pell
- Plàtan
- Patata al forn o cuita
- Veure aigua, llimonada, sèrum oral, infusions, brous sense greix

Aquesta dieta s'anomena astringent.

3. Quin tipus de dieta hauria de prendre una persona que té moltes úlceres? Raona ho.
Hiperproteica, ja que té aminoàcids, necessaris per reconstruir les proteïnes de la pell lesionada.

4. Quin tipus de dieta és recomanable per un pacient amb problemes pancreàtics?
Baixa en greixos, ja que el pàncrees segrega bilis, que és un emulsionant dels greixos, facilitant la digestió d'aquests. Els problemes pancreàtics pot disminuir la secreció d'aquesta substància necessària per una bona digestió dels greixos.

5. Quin tipus de dieta és recomanable per un pacient amb problemes renals? Hipoproteica i hiposòdica. El ronyó neteja la sang. La metabolització de les proteïnes causa substàncies tòxiques: urea i àcid úric. Les persones amb problemes renals poden no eliminar bé aquestes substàncies, amb la qual cosa és aconsellable reduir una mica el consum proteic per no produir-ne tant. Com es pot potenciar el sabor dels aliments per una persona que hagi de fer una dieta asòdica?
- Utilitzar espècies
 - Utilitzar sal apta per hipertensos: sal asòdica
 - Utilitzar suc
6. Quina diferència hi ha entre la dieta pobre en colesterol i la baixa en greixos? En la dieta pobre en colesterol es potencien els aliments rics en greixos insaturats i es limiten els trans i saturats. En canvi la baixa en greixos es limiten tots els tipus de greixos, ja siguin saludables com perjudicials. Anomena un sinònim de dieta pobre en colesterol. Hipocolesterolèmica
7. Perquè en una dieta astringent és aconsellable beure molta aigua? Perquè està indicada a persones amb diarrea. La diarrea causa deshidratació i es recomanable beure molta aigua o suc i prendre aliments en alt contingut hídric, com gelatines, verdures.
8. Per quin tipus de pacients està indicada la dieta pobre en colesterol? Expressa-ho de forma tècnica. Hipercolesterolèmic
9. Per quin tipus de pacients és recomanable fer la dieta hiperproteica? • Malalts infecciosos crònics
- Pacients grans cremats i úlceres
 - Pacients oncològics
10. Per què la dieta líquida si dura dos setmanes és recomanable donar un suplement? Perquè amb la dieta líquida no podem obtenir tots els nutrients que el cos necessita i podria causar desnutrició o carència de nutrients.
11. Quines recomanacions dietètiques donaries a un pacient que vol perdre pes?
- Reduir el consum d'hidrats de carboni, sobre tot de cadena curta
 - Reduir el consum de greixos en general
 - Augmentar el consum de fibra. Repartir més els àpats i no menjar en excés
12. Quins aliments ha d'evitar una persona intolerant a la lactosa? Posa exemples. Tots els aliments que contenen llet: mantega, llet, iogurt, gelats, pastissos, galetes, tot tipus de

bríoixeria, etc.

13. Com pot fer una persona intolerant a la lactosa, prendre aliments rics amb lactosa?
A les farmàcies venen pastilles de lactasa, que divideix el disacàrid lactosa en els dos monosacàrids: glucosa + galactosa. D'aquesta manera es compensa la carència d'aquest enzim a l'intestí de l'intolerant.

OJO: No totes les intoleràncies tenen pastilles per compensar la intolerància.

14. Digues tres sinònims de dieta base.

Normal, Basal, 0

15. Quines recomanacions dietètiques donaries a un pacient que li han realitzat una colecistectomia?

Disminuir greixos, realitzar una dieta hipolipídica (Baixa en greixos)

16. Quin tipus de cocccions són recomanades en una dieta fàcil mastiació Al vapor, al forn, bullits, al microones.

17. Quins aliments ha d'evitar una persona al·lèrgica als cacauets? Els cacauets, tot els aliments que els continguin en la seva composició, així com els aliments que per traçabilitat poden haver tocat cacauets

18. Indica en el teu quadern si les afirmacions següents són vertaderes o falses:

- a) El full de dietes és el document de comunicació interna de l'hospital en què s'inclou la relació de menús per enviar a la planta d'hospitalització. VERDADER
- b) Dieta tova és la que conté només líquids clars, infusions, sucs, etc. FALSA
- c) Dieta normal o basal és aquella en què el pacient tria els aliments que ha d'ingerir. VERDADER
- d) En les dietes hipoglucèmiques es redueix la quantitat de proteïnes. FALSA
- e) Els pacients renals, cardíacs i hipertensos han de mantenir alt el consum de sodi. FALS
- f) En les dietes hipercalòriques s'incrementa el consum d'hidrats de carboni i greixos. VERDADERA

20. Indica quin tipus de dieta o de nutrició estaria indicada i és més apropiada per als pacients següents: amb diarrea, sense dentadura, ancià desnodrit i amb úlceres per pressió, diabètic, amb intubació endotraqueal.

Diarrea: astringent

Sense dentadura: turmix

Ancià desnodrit: hipercalòrica o hiperproteica

UPP: hiperproteica

Diabètic: diabètica

Intubació endotraqueal: podria ser nutrició enteral

21. Indica quins aliments es recomanen en una persona que està patint gastroenteritis intestinal:

Arròs blanc

- Iogurt natural
- Sopa de fideus
- carns o peix amb poc greix cuinats a la planxa, microones, forn o bullits:
peixos blancs i carn magra (pollastre, gall d'indi, vedella)
- Poma ratllada sense pell
- Plàtan
- Patata al forn o cuïta
- Veure aigua, llimonada, sèrum oral, infusions, brous sense greix