ACTA N° 361

FECHA: Cogua, octubre, 13 de 2023.

HORA: 9:00 a.m. - 5:00 pm.

LUGAR: Hogar Nazareth Zipaquirá

TEMA: Capacitación de modificaciones alimentarias por participante a los Manipuladores de alimentos y talento humano.

ASISTENTES: Nubia Esperanza Arenas-Nutricionista

Olga Patricia Parra- Coordinadora

Orden del día:

1. Objetivo de la actividad.
2. Introducción de la actividad.
3. Actividad a desarrollar.
4. Materiales.
5. Compromisos.
6. Anexo

DESARROLLO:

1. Objetivo: "Realizar la formación sobre las modificaciones alimentarias específicas para cada persona mayor, siguiendo las pautas detalladas en el anexo técnico. Esta capacitación se centrará en personalizar y adaptar los diferentes tipos de dietas a las necesidades particulares de cada persona mayor.".

2.Introducción a la actividad: En el Hogar Nazareth Zipaquirá, nuestro compromiso es brindar una atención de alta calidad a las personas mayores. Para lograrlo, es esencial proporcionar una alimentación adecuada y específica según las necesidades de cada uno. Este proceso implica conocer y aplicar diferentes tipos de dietas y modificaciones alimentarias, adaptadas a las condiciones de salud y el estado nutricional de cada persona mayor.

Se han establecido distintas modificaciones alimentarias, como la dieta hipoglucída y la dieta hiposódica, con el objetivo de garantizar el bienestar de nuestras personas mayores. Estos planes alimentarios se administran de manera individualizada, considerando factores como los requerimientos calóricos, la edad, el sexo, la actividad física y/o movilidad, el estado fisiopatológico, el estado metabólico, los hábitos alimentarios y las posibles interacciones fármaco-nutriente o nutriente. Esta labor se realiza bajo la supervisión y orientación del área de nutrición y dietética, quienes adaptan las dietas a las necesidades específicas de cada persona mayor.

La prioridad de estas modificaciones alimentarias es que se mantengan lo más cercanas posible al plan alimentario normal, garantizando así la ingesta adecuada de calorías y nutrientes. De esta manera, se busca proporcionar una atención integral y personalizada que promueva la salud y el bienestar de nuestras personas mayores.

3. Actividad a desarrollar:

a. Se llevará a cabo una capacitación respaldada por el listado de modificaciones alimentarias y un folleto de apoyo que incluye las especificaciones de las dietas hiposódica e hipoglúcida.

b. Se informa detalladamente sobre las modificaciones alimentarias específicas a través de la entrega personal de un folleto a cada empleado en su lugar de trabajo. Durante esta entrega, se aclararán dudas e inquietudes relacionadas con las modificaciones alimentarias.

c. Se proporciona información sobre la consistencia de las dietas a través de un folleto informativo, el cual fue enviado vía WhatsApp el día 17 de octubre de 2023. Este material informativo resultó necesario para ayudar a distinguir las consistencias requeridas, y se especificará a quiénes está dirigido. Esta iniciativa surgió en respuesta a las preguntas y dudas

planteadas, y busca garantizar una comprensión más completa de las modificaciones alimentarias.

d. Finalmente, se realizará un cierre de la actividad, asegurándonos de que todos los participantes tengan la información necesaria y se sientan preparados para aplicar las modificaciones alimentarias de manera efectiva.

4. Materiales:

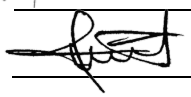
Computador, folletos informativos, cámara fotográfica, talento humano.

5. Compromisos:

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución
Preparar y suministrar la alimentación a cada persona mayor según el listado de modificaciones alimentarias	Nutricionista-gastrónomo, personal del servicio de alimentos, Personal de enfermería	Todos los días
Brindar acompañamiento en el proceso de consumo de alimentos de las personas mayores verificando que el suministro de los alimentos corresponda al plan alimentario indicado.	Nutricionista Profesionales – Enfermería	Todos los días
Informar de condiciones que requieran modificaciones del plan alimentario individual, y ajuste o actualización en el listado de modificaciones alimentarias por participante.	Todo el equipo que hace acompañamiento, supervisión y asistencia en los tiempos de alimentación.	Todos los días

CONVOCATORIA: Se propone una nueva reunión para el mes de enero 2024.

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Olga Patricia Parra	Coordinadora	Hogar Nazareth	
Nubia Esperanza Arenas	Nutricionista	Hogar Nazareth	

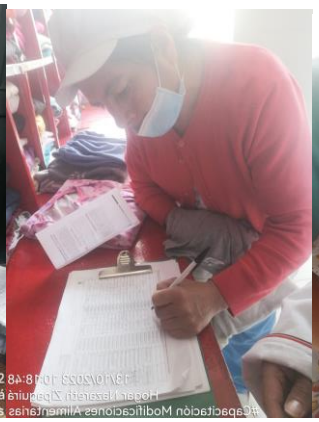
6.Anexos:

Registro Fotográfico, Planilla de Asistencia, y Folletos Informativos Elaboró: Nubia Esperanza Arenas – Nutricionista.

Registro Fotográfico







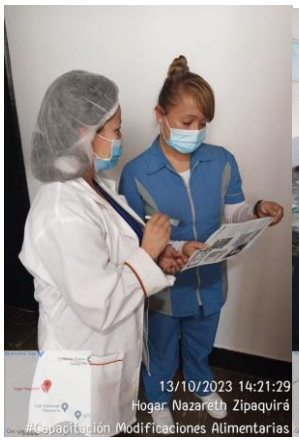











13/10/2023 14:21:29
Hogar Nazareth Zipaquirá
#Capacitación Modificaciones Alimentarias


13/10/2023 13:53:42
Hogar Nazareth Zipaquirá
#Capacitación Modificaciones Alimentarias


13/10/2023 13:43:52
Hogar Nazareth Zipaquirá
#Capacitación Modificaciones Alimentarias


13/10/2023 15:30:16
Hogar Nazareth Zipaquirá
#Capacitación Modificaciones Alimentarias


13/10/2023 16:18:45
Hogar Nazareth Zipaquirá
#Capacitación Modificaciones Alimentarias


13/10/2023 14:21:01
Hogar Nazareth Zipaquirá
#Capacitación Modificaciones Alimentarias

	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL	Código: FOR-GD-023
	FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Versión: 1
		Fecha: Memo 20233023863 - 14/08/2023
		Página: 1 de 1

1. Tema: Cap Modificaciones Alimentarias 2. Lugar: Hogar Nazareth Zipaquirá 3. Fecha y hora: 13 oct / 2023 9am

4. Item	5. Nombres y Apellidos	6. Documento de identidad	7. Entidad o Dependencia	8. Rol / Cargo	9. Planta / Contratista	10. Correo electrónico	11. Teléfono y Ext. / Celular	12. Firma
1	Diego Peña	1095[illegible]314	Hogar Nazareth Zipaquirá	Educador físico	Planta	nazarethzipa@yahoo.com	3168208342	
2	Diana Aguilar	1095676160	Hogar Nazareth Zipaquirá	G. Ambiental	Contratista	nazarethzipa@yahoo.com	3138223917	
3	Olga Y Valderrama A	35411227	Hogar Nazareth Zipaquirá	Terapeuta Ocupacional	Planta	nazarethzipa@yahoo.com	3144432680	
4	Adolfo Torres Vargas	82822980	Hogar Nazareth Zipaquirá	Geriatrico	Contratista	nazarethzipa@yahoo.com	3112526530	
5	Flor M Gomez	20985731	Hogar Nazareth Zipaquirá	Enfermera	contrato	nazarethzipa@yahoo.com	3137724751	
6	Juan Carlos Ruiz Thu	1072639900	Hogar Nazareth Zipaquirá	Enfermero	Contratista	nazarethzipa@yahoo.com	3219237463	
7	Nelfa Erika S.	35422203	Hogar Nazareth Zipaquirá	Aux. cocina	planta	nazarethzipa@yahoo.com	3212045566	
8	Dora Barrera	39[illegible]816	Hogar Nazareth Zipaquirá	Auxiliar	planta	nazarethzipa@yahoo.com	3107290716	
9	Yeidy Ricardo	1073655711	Hogar Nazareth Zipaquirá	Aux cocina	Planta	nazarethzipa@yahoo.com	3142779301	
10	Patricia Morales M	1038[illegible]	Hogar Nazareth Zipaquirá	Servicios Generales	planta	nazarethzipa@yahoo.com	3223320026	
11	Dora Salcedo Herrera	1233[illegible]34	Hogar Nazareth Zipaquirá	Practicante En Farmacia	planta	nazarethzipa@yahoo.com	3204045242	
12	Freddy Pinzon C	1073[illegible]	Hogar Nazareth Zipaquirá	Aux Enf	Planta	nazarethzipa@yahoo.com	3005127241	
13	Nicol Alborno	1033832179	Hogar Nazareth Zipaquirá	AUX ENFER	PLANTA	nazarethzipa@yahoo.com	3015935579	
14	Camilo A. Villamil	1073[illegible]933	Hogar Nazareth Zipaquirá	AUX ENF	Planta	nazarethzipa@yahoo.com	3143671402	
15	Julian Charry	CC 24[illegible]32	Hogar Nazareth Zipaquirá	Aux Enf.	Planta	nazarethzipa@yahoo.com	3112973110	
16	Leidi Pobaya	1075[illegible]365	Hogar Nazareth Zipaquirá	Aux. Enf.	Planta	nazarethzipa@yahoo.com	3123867699	
17	Yuranis [illegible]	1033[illegible]71	Hogar Nazareth Zipaquirá	Aux Enf	Planta	nazarethzipa@yahoo.com	3107780929	
18	[illegible]	39[illegible]42	Hogar Nazareth Zipaquirá	SGN	planta	nazarethzipa@yahoo.com	3118052273	
19	Andrea Rodriguez	1073[illegible]824	Hogar Nazareth Zipaquirá	SGN	planta	nazarethzipa@yahoo.com	3108160[illegible]	
20	Adalia Castellanos	1006[illegible]253	Hogar Nazareth Zipaquirá	SG	planta	nazarethzipa@yahoo.com	3043871758	

Tratamiento de datos personales: Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y Decreto 1377 de 2013.

Powered by CamScanner

	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 1 Fecha: Memo 20230238863 - 14/08/2023 Página: 1 de 1

1. Tema: Capacitación Modificaciones Alimentarias 2. Lugar: Hogar Nazareth Zipaguirá 3. Fecha y hora: 13 octubre/2023 9am.

4. Ítem	5. Nombres y Apellidos	6. Documento de identidad	7. Entidad o Dependencia	8. Rol / Cargo	9. Planta / Contratista	10. Correo electrónico	11. Teléfono y Ext. / Celular	12. Firma
1	Mariam Sara Gaona	1010035201	Hogar Nazareth Zipaguirá	Aux Enfermera	Planta	nazarethzipa@yahoo.com	3108747718	Sara Gaona
2	Jenny Marcela Rodriguez	1078559184	Hogar Nazareth Zipaguirá	Aux Enfermera	Planta	nazarethzipa@yahoo.com	3209082371	
3	Amanda Rodriguez	35411355	Hogar Nazareth Zipaguirá	Aux Enfermeria	Planta	nazarethzipa@yahoo.com	3023449185	
4	Leidy Valentina Cancheros	1019603042	Hogar Nazareth Zipaguirá	Practicante		nazarethzipa@yahoo.com	322 4090050	Leidy Cancheros
5	Isabel Hernandez	35408118	Hogar Nazareth Zipaguirá	Docente		nazarethzipa@yahoo.com	3123772080	
6	Leidy Guadalupe Echeverry	1075678306	Hogar Nazareth Zipaguirá	Aux Enfermero	Planta	nazarethzipa@yahoo.com	3155581100	Leidy Echeverry
7	Viviana Gonzalez	35424937	Hogar Nazareth Zipaguirá	Aux enfermeria	Planta	nazarethzipa@yahoo.com	3147497797	
8	Martha Olivares	35419352	Hogar Nazareth Zipaguirá	Psicologa	Planta	nazarethzipa@yahoo.com	3134821504	Martha Olivares
9	Camila Bermudez Montes	1053801057	Hogar Nazareth Zipaguirá	Trabajo Social	planta	nazarethzipa@yahoo.com	3016832097	
10	Yaneth Rodriguez Castro	35421523	Hogar Nazareth Zipaguirá	Terapeuta	Planta	nazarethzipa@yahoo.com	3173808697	
11	Heidy Yizzed Garcia.	1116788107	Hogar Nazareth Zipaguirá	Aux. enfermeria.	Planta	nazarethzipa@yahoo.com	3142316606	
12	Camila Delgado	1065809285	Hogar Nazareth Zipaguirá	Docente	Planta	nazarethzipa@yahoo.com	3222158215	Camila D
13	JOHANGIE CASTRO	1091684762	Hogar Nazareth Zipaguirá	AUX ENFERMERA	PLANTA	nazarethzipa@yahoo.com	3203898686	JOHANGIE C.
14	Gloria Gonzalez	1076415397	Hogar Nazareth Zipaguirá	Aux Enfermera	Planta	nazarethzipa@yahoo.com	3125108655	Gloria G.
15	Ximena Rodriguez	35414820	Hogar Nazareth Zipaguirá	Aux Enfermeria.	Planta.	nazarethzipa@yahoo.com	3118639845	
16	Angela Cordoba	35416672	Hogar Nazareth Zipaguirá	R. Farmacia	Contratista	nazarethzipa@yahoo.com	3008376761	
17	Yeimy Castellanos	1065796581	Hogar Nazareth Zipaguirá	Servicios	Planta	nazarethzipa@yahoo.com	3134711914	
18	Juan Carlos Restrepo	1072698190	Hogar Nazareth Zipaguirá	Gestionario	Contratista	nazarethzipa@yahoo.com	3219737463	
19	Diana Pardo	1076411016	Hogar Nazareth Zipaguirá	cocina	Planta	nazarethzipa@yahoo.com	3203390746	
20	Yeidy Ricardo	1075655711	Hogar Nazareth Zipaguirá	Cocina	Planta	nazarethzipa@yahoo.com	3142779301	Yeidy R.

Tratamiento de datos personales. Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y Decreto 1377 de 2013.

Powered by CamScanner

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 1 Fecha: Memo 12023023863 - 14/08/2023 Página: 1 de 1

1. Tema: Cap. Modificaciones Alimentarias 2. Lugar: Hogar Nazareth Zipaquirá 3. Fecha y hora: 13 octubre / 2023

4. ítem	5. Nombres y Apellidos	6. Documento de identidad	7. Entidad o Dependencia	8. Rol / Cargo	9. Planta / Contratista	10. Correo electrónico	11. Teléfono y Ext. / Celular	12. Firma
1	Luis E Infante	3107129.	Hogar Nazareth Zipaquirá	Ax S6.	Planta	nazarethzipa@yahoo.com	3144379638	
2	Cecilia Sanchez M.	35422002	Hogar Nazareth Zipaquirá	Aux. cocina	Planta	nazarethzipa@yahoo.com	3212045366	Cecilia S.
3	JOHN EDWIN PUENTES	80345377	Hogar Nazareth Zipaquirá	AX S. 6	PLANTA	nazarethzipa@yahoo.com	3046465228	
4	Fanny Puentes	1003823023	Hogar Nazareth Zipaquirá	S-6	Planta	nazarethzipa@yahoo.com	3229331752	Fanny
5	Ismael Castro A.	113422485	Hogar Nazareth Zipaquirá	Psicologia	Planta	nazarethzipa@yahoo.com	3107269816	
6	Ana Nelly Sanchez	7.069.700	Hogar Nazareth Zipaquirá	S.6	Picato	nazarethzipa@yahoo.com	3123241086	
7	Jeisson Silva Forero	1003579151	Hogar Nazareth Zipaquirá	Aux Enfermeria	Planta.	nazarethzipa@yahoo.com	3212138994	Jeisson S.
8	Jimena Rodriguez	1075862274	Hogar Nazareth Zipaquirá	Aux Enfermeria	Planta	nazarethzipa@yahoo.com	3138164651	
9	Hady Paz Suarez	1075823875	Hogar Nazareth Zipaquirá	Aux enfermeria	planta	nazarethzipa@yahoo.com	3232292403	Hady Paz
10	Jireh Tavera	1000940359	Hogar Nazareth Zipaquirá	Aux enfermeria	seca	nazarethzipa@yahoo.com	3224341652	Jireh Tavera
11	Yurantis Perez Barraza	1063480482	Hogar Nazareth Zipaquirá	Aux Enfermeria	seca	nazarethzipa@yahoo.com	3127794991	yurantis Perez
12	Lizeth Rodriguez	1070013499	Hogar Nazareth Zipaquirá	Aux Enfermeria	Planta	nazarethzipa@yahoo.com	3212633483	
13	Flora Daza V.	52166.842.	Hogar Nazareth Zipaquirá	Aux. Enfermeria.	Planta.	nazarethzipa@yahoo.com	3203418654.	flora Daza
14	Ismenia Palacios	20985749.	Hogar Nazareth Zipaquirá	Aux Enfermeria	Planta	nazarethzipa@yahoo.com	3175707619	
15	Edna Zambrano	30421912	Hogar Nazareth Zipaquirá	Aux Enfermeria	planta	nazarethzipa@yahoo.com	3103187714	Edna
16	Martha Castillo	35498093	Hogar Nazareth Zipaquirá	Archivo	Contratista	nazarethzipa@yahoo.com	3213113540	
17	Paola Real, O.	52173548	Hogar Nazareth Zipaquirá	Archivo	Contratista	nazarethzipa@yahoo.com	3137051405	
18	Johanna Vargas	1075662685	Hogar Nazareth Zipaquirá	Regente Farmacia	contratista	nazarethzipa@yahoo.com	3212833037	
19	Luz Amparo Bello	20985812	Hogar Nazareth Zipaquirá	T. Operativo	Contratista	nazarethzipa@yahoo.com	3107738943	
20	Camilo Cortes	1033811882	Hogar Nazareth Zipaquirá	Aux Enfermeria	Planta	nazarethzipa@yahoo.com	3132244660	

Tratamiento de datos personales: Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y Decreto 1377 de 2013.

Powered by CamScanner

	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 1 Fecha: Memo 20230238S3 - 14/08/2023 Página: 1 de 1

1. Tema: Cap. Modificaciones Alimentarias 2. Lugar: Hogar Nazareth Zipaquirá 3. Fecha y hora: 13 oct /2023 /9am.

4. Ítem	5. Nombres y Apellidos	6. Documento de identidad	7. Entidad o Dependencia	8. Rol / Cargo	9. Planta / Contratista	10. Correo electrónico	11. Teléfono y Ext. / Celular	12. Firma
1	Nancy Martínez	65773368	Hogar Nazareth Zipaquirá	SG	Planta.	nazarethzipa@yahoo.com	3106992122	Nancy M.
2			Hogar Nazareth Zipaquirá			nazarethzipa@yahoo.com		
3			Hogar Nazareth Zipaquirá			nazarethzipa@yahoo.com		
4			Hogar Nazareth Zipaquirá			nazarethzipa@yahoo.com		
5			Hogar Nazareth Zipaquirá			nazarethzipa@yahoo.com		
6			Hogar Nazareth Zipaquirá			nazarethzipa@yahoo.com		
7			Hogar Nazareth Zipaquirá			nazarethzipa@yahoo.com		
8			Hogar Nazareth Zipaquirá			nazarethzipa@yahoo.com		
9			Hogar Nazareth Zipaquirá			nazarethzipa@yahoo.com		
10			Hogar Nazareth Zipaquirá			nazarethzipa@yahoo.com		
11			Hogar Nazareth Zipaquirá			nazarethzipa@yahoo.com		
12			Hogar Nazareth Zipaquirá			nazarethzipa@yahoo.com		
13			Hogar Nazareth Zipaquirá			nazarethzipa@yahoo.com		
14			Hogar Nazareth Zipaquirá			nazarethzipa@yahoo.com		
15			Hogar Nazareth Zipaquirá			nazarethzipa@yahoo.com		
16			Hogar Nazareth Zipaquirá			nazarethzipa@yahoo.com		
17			Hogar Nazareth Zipaquirá			nazarethzipa@yahoo.com		
18			Hogar Nazareth Zipaquirá			nazarethzipa@yahoo.com		
19			Hogar Nazareth Zipaquirá			nazarethzipa@yahoo.com		
20			Hogar Nazareth Zipaquirá			nazarethzipa@yahoo.com		

Tratamiento de datos personales: Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y Decreto 1377 de 2013.

Powered by CamScanner

Modificaciones Alimentarias para el Bienestar de las Personas Mayores

En el Hogar Nazareth Zipaquirá, nos preocupamos por la salud y el bienestar de nuestras personas mayores. Por esta razón, se ha implementado modificaciones alimentarias específicas para adaptar las dietas de acuerdo a sus necesidades individuales.

DIETA HIPOGLUCIDA

La Dieta Hipoglúcida, también conocida como dieta baja en carbohidratos, es un enfoque alimentario que se centra en reducir el consumo de alimentos ricos en carbohidratos. Esta dieta es especialmente beneficiosa para las personas con diabetes o aquellas que desean controlar sus niveles de glucosa en la sangre.

Alimentos recomendados:

Verduras sin almidón, como espinacas, brócoli, coliflor, pepinos y pimientos Fuentes de proteínas magras, como pollo, pescado, huevos y legumbres. Grasas saludables, como aguacate, aceite de oliva, nueces y semillas. Lácteos bajos en grasa, como he descremada y yogur natural sin azúcar.

En este folleto, te informaremos sobre dos de estas modificaciones: la **Dieta Hipoglucída** y la **Dieta Hiposódica**.







Fundación Hogar
San Francisco de Asís

`

Alimentos no permitidos:hipoglúcida
Azucares Refinados
productos de panadería y repostería
Cereales Azucarados
Alimentos fritos
Bebidas Azucaradas
Frutas altas en azúcar
bebidas Azucaradas
lácteos azucarados

Alimentos Permitidos:

- Frutas y verduras frescas.
- Carnes magras, aves de corral y pescados frescos.
- Lácteos bajos en grasa.
- Huevos.
- Cereales integrales sin sal añadida.
- Legumbres y frutos secos sin sal.
- Aceites vegetales sin sal.
- Hierbas y especias sin sodio añadido.

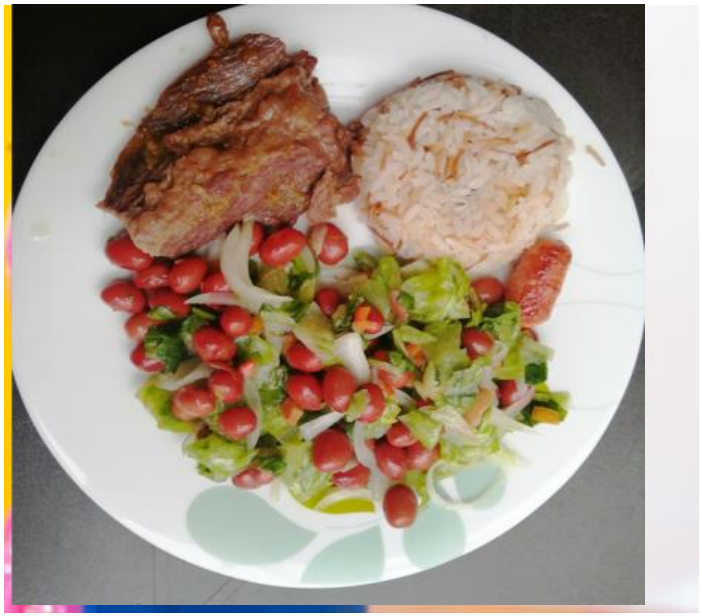
Alimentos a Evitar:

- Alimentos procesados y enlatados con alto contenido de sodio.
- Embutidos y carnes ahumadas.
- Quesos curados y salados.
- Sopas y caldos comerciales.
- Panes y productos de panadería con sal añadida.
- Salsas y aderezos comerciales.
- Alimentos precocinados y comidas rápidas.

Dieta Hiposódica

La Dieta Hiposódica es un plan alimentario que busca reducir la ingesta de sodio en la dieta diaria. El sodio es un mineral presente en muchos alimentos y condimentos, y su exceso puede contribuir a problemas de salud como la hipertensión arterial.





RECUERDA

Que es esencial consultar a un profesional en nutrición antes de iniciar cualquier dieta, especialmente si tienes condiciones médicas preexistentes. Ellos podrán adaptar la dieta a tus necesidades individuales y brindarte pautas más específicas.

Consistencias de las Dietas

La consistencia de los alimentos y su textura son aspectos fundamentales a considerar en la alimentación, especialmente para personas con disfagia. La manera en que los alimentos se sienten en la boca y cómo se descomponen al masticarlos es esencial para asegurar una ingesta segura y placentera.

Dieta Normal La "Dieta Normal" es una opción equilibrada que abarca una amplia variedad de texturas y sabores. Es adecuada para personas sin restricciones dietéticas específicas, lo que permite la inclusión de preferencias individuales.



Dieta Líquida Completa

La "Dieta Líquida Completa" se compone de líquidos netos, incluyendo caldo, jugo, leche, licuados y gelatina. Se prescribe en situaciones de trastornos de deglución o cuando la ingesta de alimentos es limitada. A pesar de su consistencia líquida, debe proporcionar todos los nutrientes necesarios. Para personas con disfagia, esta consistencia es vital, ya que algunos alimentos pueden resultar más fáciles o difíciles de ingerir.

Dieta Blanda

La "Dieta Blanda" es de fácil digestión y se utiliza para tratar problemas gastrointestinales leves. Los alimentos son cocidos, blandos o en puré, evitando comidas duras, picantes y fritas. Esta consistencia es importante para personas con disfagia, ya que algunas texturas pueden resultar más fáciles o difíciles de tragar.



Dieta para Disfagia

La "Dieta para Disfagia" es esencial en casos de dificultades para tragar y busca minimizar el riesgo de atragantamiento. Los alimentos suelen prepararse en forma de puré o líquidos espesados para asegurar una ingestión segura.

Recuerda que la consistencia de los alimentos puede variar según las necesidades individuales y las restricciones dietéticas específicas de cada persona. Es fundamental colaborar con un profesional en nutrición o un dietista para ajustar la dieta a las necesidades de cada persona y garantizar su seguridad y bienestar.



Este folleto proporciona información valiosa sobre las consistencias de las dietas y cómo adaptarlas para garantizar la salud y seguridad de las personas con diferentes necesidades alimentarias.



