

Colaboradores	V
Dedicatoria	IX
Agradecimientos	XI
Prefacio	XIII

1 Generalidades de nutrición. Requerimientos y recomendaciones 1

Laura Georgina Mejía Mendoza, María Elena Téllez Villagómez

Importancia de la nutrición	1
Vinculación de la nutrición	1
Definición de nutrición	2
Energía	3
Recomendaciones	3
Requerimiento	3
Nutrimiento	3
Dieta	4
Alimento	5
Hidratos de carbono	9
Requerimientos y recomendaciones	39
Referencias	45

2 Dieta correcta y el Plato del bien comer 47

María de Lourdes Ildeliza Sierra Torrescano

Dieta y dieta correcta	48
Enfermedades relacionadas con el consumo de una dieta incorrecta	55
Descripción del plato del bien comer	58
Experiencia del autor	64
Referencias	66

3	Nutrición y alimentación en las diferentes etapas de la vida	67
	María del Carmen Servín Rodas	
	Nutrición y alimentación de la mujer durante el embarazo	67
	Nutrición y alimentación de la mujer en el periodo de lactancia	81
	Nutrición y alimentación en el primer año de vida	91
	Apéndice informativo A	108
	Nutrición y alimentación del preescolar	110
	Nutrición y alimentación del escolar	124
	Nutrición y alimentación en la pubertad y adolescencia	136
	Nutrición y alimentación en el adulto	150
	Alimentación y prevención de enfermedades	158
	Estudio de caso	162
	Nutrición y alimentación del adulto mayor	163
	Estudio de caso	179
	Referencias	179
4	Ejercicio y nutrición	183
	Raúl Sánchez López, María Elena Téllez Villagómez	
	Ejercicio, deporte y nutrición deportiva	183
	Sistemas energéticos	184
	Sistema aeróbico u oxidativo	186
	Recuperación de energía	186
	Deporte	188
	Nutrición deportiva	197
	Tipos de dietas	199
	Nutrición deportiva básica	200
	Alimentación según el tipo de deporte	205
	Referencias	207
5	Nutrición en la odontología	209
	María Angélica Díaz Aranda	
	Importancia del aparato estomatognático	209
	Dieta y salud dental	211
	Nutrimientos orgánicos en la salud bucal	212
	Nutrimientos inorgánicos en la salud bucal	213
	Caries dental	216
	Enfermedad periodontal	219

Enfermedades crónico-degenerativas que afectan la cavidad bucal	220
Diabetes mellitus	220
Hipertensión	221
Enfermedad coronaria	222
Osteoporosis	222
Desnutrición y deficiencias nutricionales	223
Fármacos que afectan tejidos de la cavidad bucal	223
Lesiones orales graves	225
Referencias	228

6 Dietoterapia 229

Elvira Sandoval Bosch, María Elena Téllez Villagómez	
Dietas modificadas en consistencia	230
Dietas modificadas en nutrimentos	239
Conclusiones	245
Referencias	245

7 Procesos patológicos del esófago, estómago e intestinales 247

María Cruz López González, María Elena Téllez Villagómez	
Enfermedad por reflujo gastroesofágico	248
Disfagia	249
Acalasia	250
Gastritis	250
Úlcera péptica	251
Estreñimiento	252
Síndrome de intestino irritable (sii)	257
Referencias	261

8 Dietoterapia en hepatopatías, vesícula y vías biliares 263

Laura Georgina Mejía Mendoza, Irazú Gallardo Wong, María Elena Téllez Villagómez	
Anatomía y fisiología del hígado	263
Clasificación de las principales hepatopatías	265
Hepatitis	265
Enfermedad hepática no alcohólica	268
Cirrosis hepática	271
Nutrimentos inorgánicos	277
Colecistitis	279
Dietoterapia para colecistitis y colelitiasis	283
Referencias	287

9	Alergias alimentarias	289
	Irazú Gallardo Wong, María Elena Téllez Villagómez	
	Sistema inmunitario	290
	Inmunidad humoral	291
	Anticuerpos o inmunoglobulinas	291
	La inmunidad con mediación celular	291
	Tipos de reacciones alérgicas	293
	Factores de riesgo	294
	Diagnóstico	297
	Referencias	301
10	Nutrición y osteoporosis	303
	María Elena Téllez Villagómez	
	Estructura de los huesos	303
	Nutrición en el metabolismo óseo	304
	Osteoporosis	305
	Menopausia	309
	Referencias	311
	Anemias	313
	Introducción	313
11	Otras enfermedades de importancia nutricional	313
	Héctor Damián Torres Rodríguez, María Elena Téllez Villagómez	
	Definición	314
	Cáncer	317
	Causas de desnutrición	318
	Proceso inflamatorio en el paciente con cáncer avanzado	319
	Síndrome de inmunodeficiencia adquirida	321
	Manifestaciones de la infección por VIH	321
	Conclusión	324
	Referencias	324
12	Dietoterapia en los padecimientos del aparato cardiovascular	325
	María Elena Téllez Villagómez	
	Hipertensión	327
	Aterosclerosis	331

Dislipidemias	332
Recomendaciones dietético-higiénicas	336
Referencias	343

13 Dietoterapia en enfermedades respiratorias. 345

María Elena Téllez Villagómez, Lissette Gabriela Ávalos Aviles

Enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC)	345
Lípidos	346
Proteínas	346
Vitaminas	346
Nutrientes inorgánicos	346
Estado nutricional del paciente con EPOC	347
Suplementación calórica o proteica	348
Intervenciones fisiológicas o farmacológicas	348
Alimentación	348
Síndrome de distrés respiratorio agudo (SDRA)	348
Necesidades nutricias	349
Tratamiento nutricional	349
Referencias	351

14 Dietoterapia en las enfermedades metabólicas. 353

Erika Esther González Medina

Definición	353
Diagnóstico	356
Hiperuricemia y gota	358
Diabetes	362
Conclusiones	367
Referencias	369

15 Dietoterapia en los padecimientos del aparato urinario 371

Erika Esther González Medina, Elvira Sandoval Bosch Y María Elena Téllez Villagómez

Anatomía y fisiología del riñón	371
Insuficiencia renal	373
Enfermedad renal crónica	374
Dislipidemia	377
Conclusiones	386
Referencias	386

16	Dietoterapia en los trastornos en la conducta alimentaria	389
	María Elena Téllez Villagómez	
	Etiología	389
	Anorexia nerviosa	390
	Bulimia	390
	Referencias	394
17	Dietoterapia en obesidad	397
	María Elena Téllez Villagómez	
	Distribución de grasa	398
	Referencias	404
18	Respuesta metabólica al trauma, nutrición en cirugía y apoyo nutricio	407
	Atziri Guzmán Hernández Y María Elena Téllez Villagómez	
	Cirugía y nutrición	407
	Respuesta metabólica al estrés	407
	Evaluación nutricional preoperatoria	408
	Nutrición preoperatoria	410
	Desnutrición en pacientes con cirugía	410
	Apoyo nutricio en pacientes posoperados	412
	Soporte metabólico-nutricio	414
	Síndrome de respuesta inflamatoria sistémica (SRIS)	414
	Nutrición enteral	415
	Fórmulas para enfermedades específicas	421
	Administración de la alimentación enteral	422
	Nutrición parenteral	422
	Soporte nutricional mixto	428
	Nutrición enteral vs. Nutrición parenteral	430
	Referencias	431
	Índice	433