

En muchos procesos patológicos, y por distintos motivos, debe modificarse el tipo de alimentación a seguir por el paciente. El resultado es la llamada dieta terapéutica o, también, régimen dietético. Ambas denominaciones lleva implícito el concepto de una cierta disciplina alimentaria a la que deberá someterse el sujeto a quien va dirigida. Se llama DIETOTERAPIA a la parte de la dietética que estudia las dietas terapéuticas.

Estas pueden tener distintos objetivos:

a) La dieta es el único tratamiento de la enfermedad, como por ejemplo en algunos diabéticos del tipo II o en casos de exceso de colesterol en sangre.

b) La dieta forma parte del tratamiento, junto a fármacos, etc. Es el caso de la diabetes mellitus tratada con insulina.

c) En otras enfermedades deben excluirse de la dieta algunos alimentos o nutrientes. Tal sucede en la intolerancia a la lactosa o en las alergias alimentarias.

d) La dieta puede tener otro objetivo: Presentarse de tal forma o textura que pueda ser ingerida por el paciente.

Así sucede, por ejemplo, en las dietas líquidas y en las trituradas. Estas dietas pueden ser, por lo demás, completamente normales, conteniendo la energía, glúcidos, proteínas, etc., recomendables a una persona sana.

PARÁMETROS NUTRICIONALES ALTERADOS EN LAS DIETAS TERAPÉUTICAS

El hecho de indicar una dieta terapéutica, presupone que debe incidirse sobre uno o más parámetros nutricionales, que se modificaran respecto a los que podríamos denominar normales. En el cuadro están indicados algunos nutrientes o bien ciertas características de los alimentos, el sentido en que deben modificarse en determinadas dietas terapéuticas.

La energía o valor calórico de la dieta se disminuye en las dietas hipocalóricas o se aumenta en las hipercalóricas. Los glúcidos pueden modificarse respecto de su proporción en la dieta, pero también puede ser necesario excluir o limitar alguno de ellos en concreto. Ejemplo del primer caso sería la diabetes mellitus y del segundo la intolerancia a la lactosa. Los lípidos deben modificarse, en cantidad o en calidad, en muchos procesos patológicos. Así, se disminuyen en las enfermedades de las vías biliares y se añaden en forma de triglicéridos de cadena media en ciertas pancreopatías. Las proteínas deben disminuirse en algunas insuficiencias renales; en cambio, en los grandes quemados se precisan dietas hiperproteicas.

