



Ciudad de México, a 7 de marzo de 2022

## NUEVAS DIETAS PARA MANTENER LA SALUD DEL PACIENTE EN EL HOSPITAL AJUSCO MEDIO

- *Se busca evidenciar que la nutrición es un pilar importante para la recuperación de nuestros pacientes.*

Con el objetivo de disminuir la incidencia en la desnutrición y mala alimentación de los pacientes hospitalizados, la mayoría con comorbilidades, el Hospital Ajusco Medio implementó nuevas dietas con adecuados aportes energéticos y proteícos.

En el marco del Día Mundial de la Obesidad, Sergio Jesús Maya Zarza, Jefe del servicio de Dietología y Nutrición del Hospital Ajusco Medio “Dra. Abdulia Rodríguez Rodríguez”, señaló que ahora se ofrecen alimentos que estimulen el apetito del paciente, que sean llamativos a la vista y con sabores como de un restaurante.

“En este hospital consentimos a los enfermos. Las nuevas dietas las realizamos con los insumos que tenemos a nuestro alcance y queremos que cuando los pacientes sean dados de alta se vayan aprendiendo a comer bien sin sacrificar sabor y presentación de los alimentos”.

Refirió que este nuevo tipo de menú inició el pasado mes de diciembre de 2021 y diariamente se realizan más de 100 alimentos, los cuales son distribuidos entre personal médico y pacientes del Hospital.

El nutriólogo afirmó que estas dietas incorporan patrones de alimentación actualmente recomendados (dieta mediterránea y dieta DASH “dietary approaches to stop hypertension”), sobre todo para las enfermedades crónico-degenerativas como diabetes, hipertensión, paciente con nefropatía y hepatopatía que prevalecen en nuestra población.



GOBIERNO DE LA  
CIUDAD DE MÉXICO



SECRETARÍA  
DE SALUD



Explicó que en el Hospital Ajusco Medio el Servicio de Nutrición individualiza las indicaciones de dietas para favorecer el consumo vía oral, y así disminuir la estancia intrahospitalaria. “Se mejora la calidad de vida por independencia de nuestros pacientes y favorece en el control de las enfermedades crónico degenerativas, con un mejor apego al tratamiento nutricional”, dijo.

En general, agregó el nutriólogo, se busca eliminar la percepción de que la alimentación en un hospital es mala y evidenciar que la nutrición es un pilar importante para la recuperación de nuestros pacientes.

Los principales cambios incorporados a la preparación de alimentos son:

- Variabilidad en la preparación.
- Incorporación de especias, así como evitar el uso de sal y azúcar refinada.
- Presentación en los platillos.
- Incorporación de las verduras como platos fuertes, tipo ovolactovegetariano.
- Ensaladas con distintos tipos de alimentos que cumplan con los macronutrientes, tales como proteínas, aceite, frutas y verduras en distintas consistencias.
- Tipos de cocción, como asado, horneados, empapelados.
- Purés más elaborados, no solo verdura, fruta y carne molida por separados.

Finalmente, Sergio Maya agregó que no colocan azúcar refinada a los alimentos; se mantienen restricciones a los embutidos; así como de lácteos o derivados.

---000---