



## Dieta enteral

Os voy a hablar hoy de una dieta para todos aquellos que queráis bajar de peso. Pero no es una dieta cualquiera, se trata de un **programa médico específico de pérdida de peso** que propone la **clínica Planas** y con el que se puede conseguir una considerable pérdida de peso en poco tiempo.

El tratamiento "dieta enteral" es un **método nutricional** de eficacia contrastada con el que se consigue una pérdida de peso del 10% en los hombres y de un 8% en las mujeres pero sin disminuir la masa muscular, **sin pasar hambre y evitando que se produzca un efecto rebote. No solo es un tratamiento de adelgazamiento sino también un protocolo de reeducación alimentaria y mejora del estado general del paciente.**

Dicho esto procedo a contaros en qué consiste. El programa **dura 24 días y tiene dos fases. Una primera de 10 días a base de nutrición enteral específica en los cuales habrá que estar entre 3 y 10 días ingresado en la clínica.** Durante este período el paciente se nutre a través de una sonda nasogástrica muy delgada, de tipo pediátrico (2 mm de grosor) por medio de la cual se administra la nutrición enteral. La colocación de la sonda es indolora y las ligeras molestias desaparecen a los pocos minutos de instaurarla, siendo perfectamente tolerada después de su aplicación.

De esta manera la nutrición enteral llega directamente al estómago de forma continua a través de la sonda mediante una bomba peristáltica, siendo específicamente preparada para cada paciente según sus necesidades morfológicas, bioquímicas y nutricionales. Durante esta fase el paciente es controlado mediante controles analíticos, antropométricos y fisiológicos que harán regular las diferentes cantidades de componentes y formular una nutrición enteral personalizada preparándola diariamente, que irá nutriendo al paciente sin necesidad de ingerir ningún otro tipo de alimento sólido.

Durante estos diez días el paciente también realizará **ejercicio físico controlado** por un entrenador personal y tratamientos con aparatología médica para acelerar el consumo de grasa.

**La segunda fase se realiza ya sin ingreso en la clínica.** Durante la primera semana de readaptación se ingieren alimentos sólidos y suplementos nutricionales. Así en los siguientes 7 días se sigue con una ingesta alimentaria personalizada que de forma progresiva devuelve al ritmo alimentario normal. **Al acabar esta fase el paciente habrá comenzado la reeducación alimentaria y sabrá cómo, cuándo y cuánto comer y así evitar el efecto rebote.** Durante todo el tiempo que dura el tratamiento el paciente puede hacer su vida normal, puede desarrollar sus actividades normales, incluso realiza ejercicio físico suave. La sonda puede separarse de la bomba desconectando el alimentador para bañarse, ducharse, nadar, etc, un máximo de 2 horas al día aunque no más de 15 minutos seguidos. La nutrición enteral equilibrada y personalizada, compuesta de aminoácidos, carbohidratos, grasas, minerales, oligoelementos, y demás compuestos nutricionales específicos, va dirigida a activar el mecanismo de la lipólisis que lleva a la pérdida de peso a través de la pérdida de grasa manteniendo la masa muscular.

Es un programa de pérdida de peso con beneficios probados para la salud general del individuo (diabetes, hipertensión, disminuye el riesgo vascular,...) que enseña a comer sin recuperar luego los kilos perdidos y a mantener el contorno corporal conseguido. Si queréis más información podéis contactar directamente con la clínica (Tlf: 915784676/932032812).



Esta entrada se publicó el Viernes, 3 febrero, 2012 a las 19:15 por Cristina Tárrega y está archivada en Sin categoría. Puedes seguir cualquier comentario en esta entrada a través del feed RSS 2.0. Puedes dejar un comentario, o hacer un un trackback desde tu propio blog.

### Deja un comentario

NOMBRE (REQUERIDO)

#### Publicidad

#### Acerca de este blog

Cristina Tárrega, la presentadora polifacética. Con una gran trayectoria a sus espaldas, la periodista valenciana se encuentra ahora en uno de sus mejores momentos profesionalmente hablando. Además de como presentadora de "Territorio Comanche", programa que se emite en la franja del late night en Telemadrid, la podemos ver como colaboradora en varios programas de Telecinco, ya sea en la mañana junto a su amiga y compañera Ana Rosa Quintana o los sábados por la noche en la Noria. Pero a un lujo más, porque también semanalmente la podemos escuchar en Punto Radio, y es que la radio es probablemente su gran pasión dentro de la profesión.

Tras su libro "Diez años más joven", con más de diez ediciones en el mercado, ahora está inmersa en su segunda publicación: "Una solución quiero". En lo personal está felizmente casada desde hace 12 años y tiene un hijo de 6.

#### Entradas recientes

- [Dieta enteral](#)
- [Osmowhite](#)
- [Tratamiento reductor y reafirmante](#)
- [Mi receta de calabaza](#)
- [Appletonic](#)

#### Comentarios recientes

- [graciela en Lo último para el cabello](#)
- [marian en Una solución quiero](#)
- [Sandra en El secreto de una piel radiante](#)
- [Estefanía en Lo último para el cabello](#)
- [Sandra en Potencia la luz de tu rostro](#)

#### Archivos

- [febrero 2012](#)
- [enero 2012](#)
- [diciembre 2011](#)
- [noviembre 2011](#)
- [octubre 2011](#)
- [septiembre 2011](#)
- [agosto 2011](#)
- [julio 2011](#)
- [junio 2011](#)
- [mayo 2011](#)