

MINISTERIO DE SALUD



N° 0032-DE-HONADOMANI-SB

Resolución Directoral

Lima 07 de Febrero de 2012



Visto el Expediente N° 00028-12, emitido por el Departamento de Apoyo al Tratamiento del Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé; y

CONSIDERANDO:

Que, mediante Resolución Ministerial N° 126-2004/MINSA, se aprueba la Norma Técnica denominada: "Lineamientos de Nutrición Materna NT N°006-MINSA-INS-V.01", que permite establecer y fomentar los lineamientos de nutrición materna que orienten el desarrollo de las actividades educativo comunicacionales, dirigidas a la mujer gestante y a la mujer que da de lactar con la finalidad de contribuir a la adopción de prácticas saludables en alimentación y nutrición;

Que, mediante Resolución Ministerial N° 610-2004/MINSA, se aprueba la Norma Técnica N° 010-MINSA/INS-V01 "Lineamientos de Nutrición Infantil", cuya finalidad es desarrollar las actividades educativas orientadas al cambio de comportamiento alimentario y nutricional del niño y niña menor de 24 meses, para contribuir con la recuperación o mantenimiento de su adecuado estado nutricional;

Que, en tal sentido, mediante Nota Informativa N° 844-DAT.HONADOMANI.SB.2011, el Jefe del Departamento de Apoyo al Tratamiento, de acuerdo a lo solicitado por la Jefa del Servicio de Nutrición mediante Nota Informativa N°215-2011-SN-HONADOMANI-SB, remite al Director General el Documento Técnico: Manual de Dietas del Servicio de Nutrición del Área de Hospitalización y Consulta Externa 2011 del Hospital Nacional Docente Madre Niño "San Bartolomé", debidamente visado, para su aprobación; el cual fue observado en su estructura, según lo manifestado por la Responsable de Evaluación de la Calidad de la Oficina de Gestión de la Calidad mediante Informe N°004-2012-Resp.ECS-OGC-HONADOMANI/SB, remitido al Director General por el Jefe de la Oficina de Gestión de la Calidad, mediante Nota Informativa N° 011-2012-OGC-HONADOMANI.SB;

Que, mediante Nota Informativa N°028-2012-OGC.HONADOMANI.SB, el Jefe de la Oficina de Gestión de la Calidad, de acuerdo a lo manifestado por el Jefe del Departamento de Apoyo al Tratamiento mediante Memorandum N° 037.DAT.HONADOMANI.SB.12, remite al Director General el Informe N°010-2012-Resp.ECS-OGC-HONADOMANI/SB, por el cual la Responsable de Evaluación de la Calidad de la Oficina de Gestión de la Calidad, en vista de las correcciones realizadas por el Servicio de Nutrición, emite opinión favorable para la aprobación del citado Manual, toda vez que cumple con la estructura y contenido establecido en el numeral 6.1.4 del acápite 6.1 de las "Normas para la Elaboración de Documentos Normativos del Ministerio de Salud", aprobada por Resolución Ministerial N° 526-2011/MINSA;

Que, estando a lo solicitado por el Jefe del Departamento de Apoyo al Tratamiento, resulta necesario aprobar el citado documento normativo;

De conformidad con lo establecido en las Resoluciones Ministeriales N°126-2004/MINSA, N°610-2004/MINSA y N°526-2011/MINSA;

Con, las visaciones del Sub-Director General y de la Directora de la Oficina de Asesoría Jurídica; y

HONADOMANI "SAN BARTOLOME"
OFICINA DE ESTADISTICA E INFORMATICA
RECIBIDO
HORA: 13:35 FIRME: [Firma]



En uso de las atribuciones y facultades conferidas al Director General del Hospital Nacional Docente Madre Niño "San Bartolomé", mediante Resolución Ministerial N° 436-2011/MINSA;



SE RESUELVE:

ARTÍCULO PRIMERO.- Aprobar el "MANUAL DE DIETAS DEL SERVICIO DE NUTRICION DEL AREA DE HOSPITALIZACION Y CONSULTA EXTERNA 2011" del Hospital Nacional Docente Madre Niño "San Bartolomé", el cual consta de ciento veinticuatro (124) folios, que en anexo adjunto y debidamente visado, forma parte integrante de la presente Resolución.

ARTÍCULO SEGUNDO.- El Departamento de Apoyo al Tratamiento será el encargado de difundir, implementar y supervisar el estricto cumplimiento del manual antes aprobado. Asimismo, la Oficina de Estadística e Informática deberá ordenar la publicación de dicho documento, a través de la página web: www.sanbartolome.gob.pe.

Regístrese y Comuníquese,

MINISTERIO DE SALUD
HOSPITAL NACIONAL DOCENTE MADRE NIÑO
SAN BARTOLOMÉ
DR. JULIO CAMPO CARDENAS
DIRECTOR GENERAL
R.M.N. 00726

JCC/YVL/SRC

C.C

- SDG
- OAJ
- OEL
- DAD
- Archivo

HOSPITAL NACIONAL DOCENTE MADRE NIÑO "SAN BARTOLOMÉ"

DEPARTAMENTO DE APOYO AL TRATAMIENTO

SERVICIO DE NUTRICION

Lic. Silvia Ruiz Cruz
Jefa del Servicio

Lic. Aurea Valdivieso Luján
Jefa del Área de Hospitalización

Lic. Dariela Armas Aranda
Nutricionista de Área de Pediatría

Lic. Olga Sosa Peralta
Nutricionista del Área de Producción



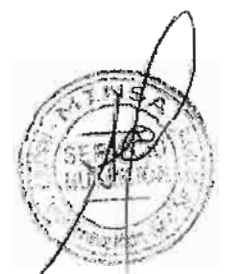


HOSPITAL NACIONAL DOCENTE MADRE NIÑO
"SAN BARTOLOMÉ"

DEPARTAMENTO DE APOYO AL TRATAMIENTO

**1. MANUAL DE DIETAS DEL
SERVICIO DE NUTRICIÓN
DEL ÁREA
DE HOSPITALIZACIÓN
Y CONSULTA EXTERNA**

2011



2. Índice

3. Introducción	3
4. Finalidad	4
5. Objetivos	4
5.1. Objetivo general	
5.2. Objetivo específico	
6. Base legal	4
7. Ámbito de aplicación	5
8. Aspectos técnicos conceptuales	5
9. Disposiciones generales	7
10. Disposiciones específicas	7
10.1. Tratamiento Dieto terapéutico en Hospitalización mujeres	8
10.1.1. Dieta líquida	8
10.1.2. Dieta blanda severa	12
10.1.3. Dieta blanda	15
10.1.4. Dieta completa	18
10.1.5. Dieta hipocalórica	21
10.1.6. Dieta hiperproteica	24
10.1.7. Dieta hipocalórica	26
10.1.8. Dieta hipo sódica	30
10.1.9. Dieta hipoglúcida	36
10.1.10. Dieta Hipograsa	39
10.1.11. Dieta Thevenon	42
10.1.11. Dieta hiperproteica con hierro	45
10.1.12. Dieta seca	48
10.1.13. Alimentación por sonda	51
A. Dieta artesanal	51
B. Dieta enteral	54
10.2. Tratamiento Dieto terapéutico en Hospitalización de Pediatría	56
10.2.1. Dieta líquida	56
10.2.2. Alimentación complementaria I	62
10.2.3. Alimentación complementaria II	64
10.2.4. Alimentación complementaria III	66
10.2.5. Dieta blanda	68
10.2.6. Dieta blanda sin residuo	71
10.2.7. Dieta completa	73
10.2.8. Dieta hipocalórica	76
10.2.9. Dieta hiperproteica con hierro	77
10.2.10. Dieta antialérgica	80
10.2.11. Dieta Thevenon	84
10.2.12. Dieta hipograsa	87
10.2.13. Dieta hipoglúcida	90
10.2.14. Dieta hipo sódica	93
10.2.15. Alimentación por sonda	97
A. Dieta artesanal	97
B. Dieta enteral	100
10.2.16. Formulas artificiales	102
11. Descripción de Procesos - Procedimientos	103
11.1. Ficha de Información preliminar de Procedimiento	104
11.2. Ficha de Descripción del Procedimiento	104
11.3. Descripción del Procedimiento	105
11.2. Recepción de quejas	105
11.3. Preservación de registros	106
12. Niveles de Responsabilidad	107
13. Formatos	108
14. Flujo- Grama	109
15. Anexos	109 - 123
16. Bibliografía	124



3. Introducción

Estudios realizados en hospitales muestran una asociación entre el estado nutricional de los pacientes y la morbimortalidad de los mismos. Por eso, es indispensable considerar el cuidado de la nutrición, en sujetos sanos y enfermos en tratamiento, como parte primordial de los servicios hospitalarios. Sobre todo, en la actualidad, donde observamos que los dos polos de la paradoja nutricional, va en incremento. La malnutrición y la anemia con más del 25% de incidencia, en gestantes que la padecen y, 50% en niños. La obesidad se ha incrementado en niños, superando el 12% de incidencia a nivel Nacional. Así mismo, la diabetes insulina dependientes, en niños y mujeres adultas.

Por lo tanto, el Hospital Nacional Docente, Madre Niño "San Bartolomé", Institución de Nivel III-1, tiene como misión, brindar servicios de salud especializados, de alta calidad y, de carácter integral, dirigidos a la mujer, al neonato, al niño y adolescente, que proceden de cualquier ámbito del país.

Nuestra Institución cuenta para brindar sus servicios, con la siguiente dependencia: el servicio de Nutrición, integrando el Departamento de apoyo al tratamiento. Este servicio, desde la época de los 90 hasta la fecha, ha ido renovándose permanentemente; siendo unos de los pilares de estos cambios, la bioseguridad y la atención alimentaria nutricional, destinadas a la recuperación, mantenimiento y mejora del estado nutricional de los pacientes.

En consecuencia, es importante la existencia de un "Manual de Dietas del Servicio de Nutrición" cuyo contenido debe versar sobre el conjunto de tratamientos nutrioterapéuticos, dieto terapéuticos, prescripciones dietéticas para el caso de pacientes y guía alimentarias para personas sanas, en función a las necesidades y características del hospital.

Concordante con lo expuesto, el presente Manual de Dietas del Servicio de Nutrición, ha sido elaborado como respuesta a la necesidad del equipo de salud, sobre las recomendaciones nutricionales en las diferentes patologías clínicas (anemia, diabetes gestacional, desnutrición, obesidad, sobrepeso, diabetes infantil, etc) casos que se presentan en el hospital y siendo su finalidad fundamental, manejar los planes de alimentación, adecuados a las necesidades de los pacientes adultas mujeres y pacientes pediátricos.

El manual define las dietas de mayor demanda en su uso, pues considera para ello, el alcance, Composición Nutricional por dieta, Esquema alimentario, Aporte nutricional total, Menú tipo es decir, principios concordantes con la finalidad propuesta.



4. Finalidad

La finalidad fundamental del Manual, es manejar los planes de alimentación adecuados a las necesidades de los pacientes adultos mujeres y pacientes pediátricos según estado de salud y estado nutricional.

5. Objetivo

5.1. Objetivo General:

- Brindar la atención alimentaria y nutricional que contribuya a la recuperación, mantenimiento o mejora del estado nutricional del paciente.
- Mejorar la aceptación, satisfacción y bienestar del paciente hospitalizado respecto a la calidad de la dieta.

5.2. Objetivos Específicos:

- Informar a usuarios externos sobre tratamientos dieto terapéuticos a seguir.
- Calcular el requerimiento nutricional según paciente y patología.
- Solicitar la elaboración de Regímenes normales y dietas especiales.
- Brindar educación alimentaria y nutricional a pacientes hospitalizados y de alta.
- Supervisar el servido adecuado de las dietas especiales indicadas por paciente.
- Evaluar la aceptabilidad de la dietas servidas por el paciente.

6. Base Legal

- Ley N. ° 26842, Ley General de Salud.
- Ley N. ° 27657, Ley del Ministerio de Salud.
- Ley N. ° 27783, Ley de Bases de la Descentralización.
- Ley N. ° 27813, Ley del Sistema Nacional Coordinado y Descentralizado de Salud.
- Ley N° 24641 de creación del colegio profesional de nutricionistas del Perú.
- D.S. N° 066-2004-PCM que aprueba la Estrategia Nacional de Seguridad Alimentaria 2004-2015.
- D.S. N° 007-2005-SA: Reglamento de Alimentación Infantil.
- Resolución Ministerial N° 126-2004/MINSA que aprueba la Norma Técnica N. ° 006-MINSA-INS-V 0.1 Lineamientos de Nutrición Materna.
- Decreto Supremo N.° 003-2008-PCM, que aprueba el Listado Priorizado de Intervenciones Sanitarias Garantizadas para la reducción de la desnutrición crónica infantil y salud materna neonatal.
- Resolución Ministerial N.° 610-2004/MINSA que aprueba la Norma Técnica N° 010-MINSA-INS-V 0.1 Lineamientos de Nutrición Infantil.
- Decreto supremo N°021- 2008-SA del 11 de octubre del 2008 que aprueba el Nuevo Estatuto del Colegio de Nutricionistas del Perú.



7. Ámbito de Aplicación

El presente Manual deberá ser usado en el manejo de la recuperación del paciente adulto mujer y paciente pediátrico, de acuerdo al estado fisiológico y patológico del paciente; dentro de las diferentes áreas de hospitalización.

Está dirigido a los profesionales de la salud (médicos, nutricionistas, enfermeras, obstetras, personal técnico, etc.) involucrados con el manejo nutricional, dietoterapéutico y prescripción dietética de los pacientes.

8. Aspectos técnicos conceptuales

La dieta, definida como el conjunto de alimentos y platillos que se consumen a diario, para que sea correcta es necesaria que cumpla con las siguientes características:

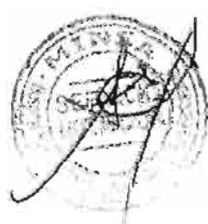
- Adecuada: a las condiciones de la persona, concordantes con la edad, condiciones culturales, sociales, económicas, actividad física, clima, patología, etc.
- Variada: que incluya diferentes alimentos y formas de preparación de los platillos.
- Completa: que contenga los nutrientes requeridos.
- Suficiente: cantidad suficiente para cubrir con sus requerimientos.
- Equilibrada: Que la proporción de los nutrientes ingeridos favorezca la salud, sin excesos o carencias de algún nutriente específico.
- Inocua.

Etimológicamente significa higiene de vida; es el sinónimo de régimen, método o modelo alimenticio, se utilizando para ello, el tratamiento de diferentes estados para el tratamiento en la recuperación del paciente.

Nutricionista Encargado de hacer el seguimiento nutricional diario del paciente para verificar su evaluación, utilizando el formato para registrar todo los datos clínicos del paciente.

Dietoterapia: Es la parte de la nutriología que se encarga del estudio de las modificaciones de la dieta con el objetivo de brindar el tratamiento dieto terapéutico a diferentes estados o enfermedades.

Evaluación nutricional: Es la metodología que se utiliza para determinar el estado nutricional de un paciente; dentro de sus objetivos se encuentran la identificación del riesgo nutricional del paciente, la estimación indirecta de sus requerimientos sobre la base de gasto metabólico las necesidades nutricionales y finalmente la posibilidad de realizar el control evolutivo del proceso antropométricos, bioquímicos e inmunológico lo que nos dará el resultado de interacción entre el aporte nutricional, los requerimientos y el estado de salud del paciente.



Requerimiento energético

Es la cantidad energía requerida por cada paciente teniendo en cuenta el gasto metabólico, actividad física, temperatura, actividad dinámica específica de los alimentos y grado de injuria.

Prescripción dietética

Es la indicación nutricional traducida en un régimen dieto terapéutico.

Alimentación por sonda

También llamada alimentación por tubo es el proceso de alimentación a través de una sonda por diferentes vías, debido a que el paciente no puede ser alimentado por la vía oral.

Nutrición enteral (NE)

Se define, según la food and drug administration, como el aporte de una fórmula química definida al estómago, duodeno o yeyuno a través de una sonda o mediante ingesta oral a intervalos regulares.

Fórmula artesanal

Es la alimentación por sonda utilizando alimentos convencionales dentro de las preparaciones.

Fórmula enteral

Fórmula química, es nutricionalmente completa cuando, es administrada como única fuente alimentaria. Es suficiente para cumplir los requerimientos nutricionales, con un volumen no superior a 3500 ml/día. Las fórmulas completas utilizadas en nutrición enteral son mezclas de los tres nutrientes básicos: carbohidratos, proteínas y grasas, junto con vitaminas, minerales y oligoelementos para que puedan ser utilizadas, como única fuente nutricional, incluso a largo plazo.

Formulas poliméricas

Son aquellos compuestos químicos que brindan los cuatro macronutrientes en su forma compleja, pueden presentarse en polvo o en forma líquida; su forma macromolecular intacta. Lo que significa, que requieren para su absorción, una función gastrointestinal conservada, con una mínima capacidad motora, digestiva y absorptiva (se absorben en los 100 cm de yeyuno).

Suelen presentarse en forma de líquido, y en general están saborizadas para su uso por vía oral. La mayoría son isotónicas (<350 mOsm/kg) o sólo moderadamente hipertónicas (350-550mOsm/kg).

Formulas monoméricas

Llamadas también fórmulas Modulares, constituidas por mezclas en las que predomina un determinado tipo de nutriente. Son los más utilizados como suplementos de proteínas, maltodextrina en polvo y los de triglicéridos de cadena media, en forma de aceite.

Formulas especializadas

Son aquellas cuya composición se adapta a las necesidades específicas de algunas Patologías.



9. Consideraciones o Disposiciones generales

El Servicio de Nutrición es el Ente encargado de la recuperación del estado nutricional del paciente brindándole una buena atención, en base a sus necesidades y concordante a su estado patológico o fisiológico.

- Realizar el Tamizaje nutricional (Formato MDIET-001, MDIET-002)
- Realizar la Evaluación nutricional de los pacientes priorizados (Formato MDIET-003, MDIET-004)
- Realizar el cálculo del requerimiento por paciente según diagnóstico
- Indicar la prescripción dietética de acuerdo al diagnóstico.
- Realizar el seguimiento y progresión de la dieta (Formato MDIET-005)

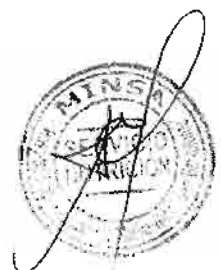
10. Disposiciones específicas

El Manual de Dietas recopila todas las dietas que son usadas para el tratamiento Dieto terapéutico del paciente adulto mujer y paciente niños; los tratamientos se clasifican según manejo Área de atención:

- Tratamiento Dieto terapéutico de Hospitalización Mujeres
- Tratamiento Dieto terapéutico de Hospitalización Niños

10.1. Tratamiento Dieto terapéutico de hospitalización,

Mujeres: Es el conjunto de dietas que se administran a las pacientes adultas mujeres de las diferentes áreas de hospitalización como: Ginecología, Uci mujer, gineco obstetricia y puerperio según patología.



10.1.1. Dieta líquida

- Clara
- Amplia

A. Dieta líquida clara o restringida

Es una dieta de tolerancia, proporciona una fuente de líquidos de fácil digestión deja una mínima cantidad de residuo; reduce al mínimo la estimulación gastro intestinal. Es nutricionalmente incompleta.

Características

Volumen total: 500 cc a 800cc

Volumen/toma: 30cc a 100cc

Frecuencia: 08 tomas

Alcance: Preoperatorios y postoperatorios. Reinicio de alimentación oral. Se utiliza en el postquirúrgico inmediato, en la preparación para exámenes o cirugías a nivel del tracto gastrointestinal.

Alimentos permitidos

Alimentos de textura líquida, provee electrolitos y energía en forma de alimentos de fácil absorción y sin residuos: agua, zumos, caldos y consomés, infusiones, azúcar (opcional).

Dieta líquida clara

Esquema de Alimentación (Formato MDIET-007)

Desayuno

- 1 taza de Infusión

Media mañana

- 1 taza de Infusión

Almuerzo

- 1 taza de Infusión

Comida

- 1 taza de Infusión



Aporte nutricional total (Formato MDIET-006)

Tiempo de Comida	Energía	Proteína	Lípidos	Carbohidratos
Desayuno	49	0	0	12.7
Media Mañana	49	0	0	12.7
Almuerzo	49	0	0	12.7
Comida	49	0	0	12.7
Total de Aporte	196	0	0	50.8

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente: Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla de Dosificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva. 2005

Menú Tipo

ALIMENTO	Cantidad gr	Energ Kcal	Prot g	Grasa g	Carboh g
DESAYUNO					
Anís-manzanilla, filtrante	1	0	0	0	0
Azúcar rubia, granulada	13	49	0	0	12.7
SUBTOTAL		49	0	0	12.7
10:00 a.m.					
Anís-manzanilla, filtrante	1	0	0	0	0
Azúcar rubia, granulada	13	49	0	0	12.7
SUBTOTAL		49	0	0	12.7
ALMUERZO					
Anís-manzanilla, filtrante	1	0	0	0	0
Azúcar rubia, granulada	13	49	0	0	12.7
SUBTOTAL		49	0	0	12.7
COMIDA					
Anís-manzanilla, filtrante	1	0	0	0	0
Azúcar rubia, granulada	13	49	0	0	12.7
SUBTOTAL		49	0	0	12.7
TOTAL		196	0	0	50.8

Fuentes:

- Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla de Dosificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva. 2005.
- Longo E, Navarro E. Técnica Dietoterapéutica, Editorial el Ateneo. Argentina 1988.



B. Dieta líquida amplia

Esta dieta es considerada como el paso intermedio, entre líquida restringida y la blanda severa. Es utilizada con la finalidad de favorecer, la progresión con seguimiento de respuesta gastrointestinal, a introducción de nuevos alimentos. La dieta aporta alimentos líquidos a temperatura ambiente en un volumen entre 800cc a 1600 cc. Según el estado clínico del paciente puede variar el tipo de alimento. Nutricionalmente incompleta o completa.

Alimentos y preparaciones recomendadas

Agua hervida natural mineralizada, infusiones livianas, caldos o cocimientos jugos de frutas, leche, harinas al 15%, féculas al 5%, azúcar, purés, cremas, flanes.

Alimentos No permitidos

Evitar alimentos que estimulen mucho el peristaltismo que requieran digestión elevada. (Cereales integrales, legumbres, verduras o frutas crudas, carnes y pescados, etc.).

Alcance: Preparación para pruebas exploratorias.

Dieta líquida amplia

Kcal 500-700

Proteínas 5-20 gr.

Carbohidratos 100-120 gr.

Esquema de Alimentación

Desayuno

- 1 taza de Infusión ó avena o leche

Almuerzo

- 250 cc de Caldo colado de verduras
- 250cc de Gelatina

Comida

- 250 cc de Caldo colado de verduras
- 250cc de Gelatina



Aporte nutricional total

Tiempo de Comida	Energía	Proteína	lípidos	Carbohidratos
Desayuno	206.5	77.8	8.8	24.7
Almuerzo	206.5	77.8	8.8	24.7
Comida	188	5.3	0.2	42
Total de aporte	582.5	88.4	9.2	108.7

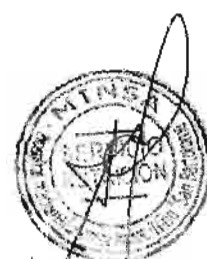
Fuente: Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- Servicio de Nutrición-2011

Menú Tipo

ALIMENTO	Cantidad gr	Energ Kcal	Prot G	Grasa g	Carboh g
DESAYUNO					
Leche fluida de vaca	250	157.5	77.8	8.8	12
Azúcar rubia, granulada	13	49	0	0	12.7
SUB TOTAL		206.5	77.8	8.8	24.7
ALMUERZO					
Caldo de verduras colado 250cc					
Papa blanca	20	19.4	0.4	0	4.5
Apio	20	4.2	0.1	0	1
Poro	20	8	0.5	0.2	1.5
Nabo	20	3.2	0.1	0	0.7
Zapallo macre	20	5.2	0.1	0	1.3
Fideos	20	72	1.9	0	15.6
Sal	2				
Gelatina 250cc					
Gelatina con gel y saborizantes	20	76	2.2	0	17.4
Agua	130		0	0	0
SUB TOTAL		206.5	77.8	8.8	24.7
COMIDA					
Caldo de verduras colado 250cc					
Papa blanca	20	19.4	0.4	0	4.5
Apio	20	4.2	0.1	0	1
Poro (2)	20	8	0.5	0.2	1.5
Nabo (2)	20	3.2	0.1	0	0.7
Zapallo macre (2)	20	5.2	0.1	0	1.3
Fideos	20	72	1.9	0	15.6
Sal	2				
Gelatina 250cc					
Gelatina Con gel y saborizantes	20	76	2.2	0	17.4
Agua	130		0	0	0
SUB TOTAL		188	5.3	0.2	42
TOTAL	553	582.5	88.4	9.2	108.7

Fuentes:

- Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla de Densificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva. 2005.
- Longo E, Navarro E. Técnica Dietoterapia. Editorial el Ateneo. Argentina 1998



10.1.2. Dieta blanda a traumática ó severa

Dieta general modificada en textura para facilitar su masticación. Inicial mente incluyen carnes molidas y frutas en compota, así como, verduras blandas cocidas; incluyen alimentos blandos y fáciles de masticar de acuerdo con la tolerancia y preferencia del paciente, no carece de nutrientes.

Alcance:

Se utiliza en pacientes con cirugía de cabeza y cuello, con problemas dentales, de masticación o de deglución, con disfagia a enfermedades, intervenciones quirúrgicas que afectan el sistema nervioso (esófago, laringe y estenosis; que no requieren de dietas picadas o en puré. También se emplea en personas con várices esofágicas. Pacientes que progresan de alimentación parenteral o enteral a alimentación sólida.

El contenido energético y nutritivo es adecuado y puede modificarse según las necesidades del paciente.

Alimentos y Preparaciones permitidos

Sopas caldos, cremas o sopa ligera, bebidas todas

Carnes Ave picadas, cortados o trozos, pescado desmenuzado

Huevos ponches, jugos, pasados, queso, requesón rallado

Grasas Mantequilla, margarina, nata, aceite.

Leche en bebidas que la contengan, yogurt sin frutos.

Almidón cereales preparados o refinados, fideos, panecillos, galletitas, etc

Verduras cocidas, sin cascarras.

Frutas cocidas, en conservas sin semillas: plátanos, zumos de fruta.

Postres gelatina, pudín, cremas.

Dulces azúcar, miel.

Varios condimentos.

Alimentos excluidos

Los alimentos que deben evitarse, son los que presentan orillas o superficies cortantes como tostadas, papas fritas, galletas, pan etc.



Composición de la Dieta blanda mecánica

1700 Kcal

12 al 15% de Proteínas

30 al 35% de grasas

50 al 60 % Hidratos de carbono

Esquema de Alimentación

Desayuno

- 1 taza de avena
- 1 taza leche

Almuerzo

- 250 cc de Sopa de verduras licuada de verduras
- 1 Presa picada o molida
- 100 cc de puré de tubérculos con verduras
- Arroz cocido
- Mazamorra de frutas ó con leche ó pudines

Comida

- 250 cc de Sopa de verduras licuada de verduras
- 1 Presa picada o molida
- 100 cc de puré de tubérculos con verduras
- 160 gr de Arroz cocido
- 100cc Mazamorra de frutas ó con leche ó pudines

Aporte nutricional total

Tiempo de Comida	Energía	Proteína	lípidos	Carbohidratos
Desayuno	258.7	9.1	9.7	34.7
Media mañana	76	0.8	0.4	19.6
Almuerzo	807.40	27.50	21.70	124.20
Comida	801.3	27	31.4	100.9
Total de aporte	1943.40	64.40	63.20	279.40

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente: Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla de Dosificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva 2005



Menú tipo

ALIMENTO	Cantidad g	Energ Kcal	Prot g	Grasa g	Carboh g
DESAYUNO					
Avena hojuelas	10	40,4	1,3	0,9	6,9
Azúcar rubia	8	30,4	0	0	7,9
Leche fluida de vaca	250	157,5	7,8	8,8	12
Azúcar rubia	8	30,4	0	0	7,9
SUB-TOTAL		258,7	9,1	9,7	34,7
10:00 a.m.					
Jugo de napa	200	76	0,8	0,4	19,6
ALMUERZO					
Sopa de menudancia licuada					
Papa blanca	20	18,40	0,40	0,00	4,50
Apio	20	4,20	0,10	0,00	1,00
Poro (2)	20	8,00	0,50	0,20	1,50
Nabo (2)	20	3,20	0,10	0,00	0,70
Zapallo macre (2)	20	5,20	0,10	0,00	1,30
Fideos	20	72,00	1,90	0,00	15,60
Menudancia picada	50	0,00	0,00	0,00	0,00
Carne Molida guisada					
Aroz Pilado o pulido crudo	80	287,2	5,6	0,4	62,2
Carne, pulpa	100	68	15,6	0,2	0
Aceto vegetal de soya	13	114,9	0	13	0
Ajos	1	1,3	0,1	0	0,3
Cebolla de cebaza (2)	15	7,4	0,2	0	1,7
Orégano	1	0,5	0	0	0,1
Sal por todo almuerzo	2				
Puré de papa 100cc		0	0	0	0
Papa amarilla	80	82,4	1,6	0,3	18,6
Margarina con sal	9	66,4	0	7,4	0
Leche fluida de vaca	5	3,2	0,2	0,2	0,2
Mazamorra de membrillo 100cc					
Maicena	7	24,6	0	0	6,1
Azúcar rubia	7	26,6	0	0	6,9
Membrillo	30	12,9	0,1	0	3,5
SUB-TOTAL		807,40	27,60	21,70	124,20
COMIDA					
Pollo al jugo					
Aroz Pilado o pulido crudo	80	287,2	5,6	0,4	62,2
Pollo Carne, pulpa	100	170	18,2	10,2	0
Cebolla de cebaza (2)	15	7,4	0,2	0	1,7
Aceto vegetal de soya	13	114,9	0	13	0
Tomate (4)	10	1,9	0,1	0	0,4
Orégano	1	0,5	0	0	0,1
Sal por todo la comida	2	0	0	0	0
Puré papa c/ espinaca 100cc					
Papa amarilla	80	82,4	1,6	0,3	18,6
Margarina con sal	9	66,4	0	7,4	0
Espinaca negra	10	3,2	0,3	0,1	0,5
mazamorra de manzana 100cc					
Maicena	7	24,6	0	0	6,1
Azúcar rubia	7	26,6	0	0	6,9
Manzana	30	15,2	0	0	4,4
SUB-TOTAL		801,3	27	31,4	100,9
TOTAL		1943,40	64,40	63,20	279,40

Fuentes:

- Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla de Densidad de Alimentos para servicios de alimentación colectiva. 2005.
- Longo E, Navarro E. Técnica Dietoterapia. Editorial el Ateneo. Argentina 1988



10.1.3. Dieta blanda

Este tipo de dieta incluye alimentos preparados con muy poca grasa o aceites, especias o condimentos. Además limita o elimina el café, bebidas que contengan cafeína y bebidas con alcohol. Es importante reducir el contenido de fibra alimentaria.

La dieta blanda es adecuada en nutrientes y no requiere de suplementación, a menos que el paciente no ingiera la cantidad suficiente de alimentos para cubrir sus necesidades o recomendaciones. En algunos casos se puede sugerir que los pacientes tomen colaciones para aumentar la ingestión energética o disminuir los síntomas de distensión abdominal.

Alcance: Este tipo de plan de alimentación se utiliza en el periodo de transición entre el plan de consistencia líquida, alimentación enteral y la dieta completa, en procesos inflamatorios del tracto gastrointestinal como gastritis, esofagitis, hernia hiatal, úlcera o colitis y cuando existe intolerancia a los lípidos.

Alimentos y Preparaciones permitidas

En la dieta blanda los alimentos deben estar preparados a la plancha, hervidos, estofados, asados o al horno con la mínima cantidad de grasa o aceite. Las especias o condimentos se deben utilizar con discreción.

Alimentos permitidos

Leche, derivados lácteos (queso fresco); Huevos pasados, duros o batidos;
Carne, pescado, aves (pollo), molidos; pan, galletas, arroz, harinas, féculas.
Papas sancochadas, asada, al horno. puré; Vegetales cocidos, colados, tamizados; Postres: mazamorras, pudines; Azúcar y mantequilla.

Alimentos excluidos

Frutas y vegetales crudos, pan integral, alimentos sazonados y de sabor marcado, menestras, huevo frito y frituras.

Composición de la Dieta blanda

2000 kcal

Proteínas 12-15%

Lípidos 30-35%

Carbohidratos 50-60%



Esquema de Alimentación

Desayuno

- 1 taza de avena
- 1 taza leche

Almuerzo

- 250 cc de Sopa de verduras licuada de verduras
- 1 Presa picada o molida
- 100 cc de puré de tubérculos con verduras
- Arroz cocido
- Mazamorra de frutas ó con leche ó pudines

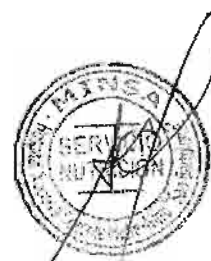
Comida

- 250 cc de Sopa de verduras licuada de verduras
- 1 Presa picada o molida
- 100 cc de puré de tubérculos con verduras
- 160 gr de Arroz cocido
- 100cc Mazamorra de frutas ó con leche ó pudines

Aporte nutricional total

Tiempo de Comida	Energía	Proteína	lípidos	Carbohidratos
Desayuno	444	14.1	9.8	75.9
Media mañana	76	0.8	0.4	19.6
Almuerzo	699.9	24.4	21.5	161.7
Comida	801.3	27	31.4	100.9
Total de aporte	2021.2	66.3	63.1	358.1

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011
Fuente: Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla de Dosificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva. 2005



Menú Tipo

ALIMENTO	Cantidad Gr	Energ Kcal	Prot g	Grasa g	Carboh g
DESAYUNO					
Avena hojuelas	10	40.4	1.3	0.9	6.9
Azúcar rubia	8	30.4	0	0	7.9
Leche fluida de vaca	250	157.5	7.8	8.8	12
Azúcar rubia	8	30.4	0	0	7.9
Pan francés	60	174.6	5	0.1	38.3
Mermelada frutilla	5	10.7	0	0	2.9
SUBTOTAL		444	14.1	9.8	75.9
10:00 a.m.					
Jugo colado sacaro	200	76	0.8	0.4	19.6
ALMUERZO					
Bistec a la olla					
Arroz Pilado o pulido crudo	80	287.2	6.6	0.4	62.2
Came, pulpa	100	68	15.6	0.2	0
Aceite vegetal de soya	13	114.9	0	13	0
Ajos	1	1.3	0.1	0	0.3
Cebolla de cabeza (2)	15	7.4	0.2	0	1.7
Orégano	1	5	0	0	0.1
Sal por todo almuerzo	2				
Puré de papa 100cc		0	0	0	0
Papa amarilla	80	82.4	1.6	0.3	18.6
Margarina con sal	9	66.4	0	7.4	0
Leche fluida de vaca	5	3.2	0.2	0.2	0.2
Mazamorra de membrillo 100cc					
Maicena	7	24.6	0	0	6.1
Azúcar rubia	7	26.6	0	0	6.9
Membrillo	30	12.9	0.1	0	3.5
SUB TOTAL		699.9	24.4	21.5	161.7
COMIDA					
Estofado de pollo					
Arroz Pilado o pulido crudo	80	287.2	6.6	0.4	62.2
Pollo Carne, pulpa	100	170	18.2	10.2	0
Cebolla de cabeza (2)	15	7.4	0.2	0	1.7
Aceite vegetal de soya	13	114.9	0	13	0
Tomate (4)	10	1.9	0.1	0	0.4
Orégano	1	0.5	0	0	0.1
Sal por todo la comida	2	0	0	0	0
Puré papa c/ espinaca 100cc					
Papa amarilla	80	82.4	1.6	0.3	18.6
Margarina con sal	9	66.4	0	7.4	0
Espinaca negra	10	3.2	0.3	0.1	0.5
mazamorra de manzana 100cc					
Maicena	7	24.6	0	0	6.1
Azúcar rubia	7	26.6	0	0	6.9
Manzana	30	16.2	0	0	4.4
SUB TOTAL		801.3	27	31.4	100.9
TOTAL	1257	2021.2	66.3	63.1	358.1

Fuentes:

- Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla de Dosificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva. 2005.
- Longo E, Navarro E. Técnica dietoterápica. Editorial el Ateneo, Argentina 1998



10.1.4. Dieta completa

Es aquella que cumple con las cuatro leyes de la Nutrición; debe ser suficiente en calorías para cubrir las necesidades energéticas del individuo; completa en su composición aportando macro nutrientes, micronutrientes y fibra; armónica en la proporción de nutrientes según las recomendaciones de la OMS y adecuada para cada paciente.

Se puede distribuir en 4-5 tomas diarias con la posibilidad de dejar abierta las opciones de fraccionar en más tomas siempre y cuando sea acorde con patrón alimentario saludable.

Alcance:

Todo paciente hospitalizado que no tenga comprometido el tracto gastrointestinal.

Composición de la Dieta completa

2200 Kcal

Proteínas 12-15%

Lípidos 30% - 35%

Carbohidratos 55-60%

Esquema de Alimentación (Formato MDIET-007)

Desayuno

- 1 taza de Infusión o leche o
- 1 taza de avena
- 1 Pan con acompañamiento (Mantequilla, mermelada, manjar)
- 1 Pan con acompañamiento proteico (queso, hotdog, huevo, amonada)

Media mañana

- 1 Vaso de Jugo de frutas

Almuerzo

- Preparaciones frías o calientes
- Plato de Fondo
- Postre: Fruta

Media tarde

- 1 taza de infusión, o avena o leche

Comida

- Plato de Fondo
- Compota de Fruta



Aporte nutricional total (Formato MDIET-006)

Tiempo de Comida	Energía	Proteína	lípidos	Carbohidratos
Desayuno	530.10	19.40	15.60	79.10
Media mañana	41.60	0.50	0.10	10.70
Almuerzo	966.10	32.70	27.30	147.80
Comida	735.00	28.99	20.73	109.68
Total de aporte	2272.80	81.59	63.73	347.28

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente: Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. *Tabla de Dosificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva.* 2005



Menú Tipo

ALIMENTO	Cantidad	Energ	Prot	Grasa	Carboh
	gr.	Kcal	gr.	gr.	gr.
DESAYUNO					
Avena hojuelas	15	60.60	1.90	1.40	10.40
Azúcar rubia	8	30.40			7.90
Leche fluida de vaca	250	157.50	7.80	8.80	12.00
Azúcar rubia	10	38.00			9.80
Pan francés	60	174.60	5.00	0.10	38.30
queso fresco de vaca	30	69.00	4.70	5.30	0.70
SUB TOTAL		530.10	19.40	15.60	79.10
10:00 a.m.					
Jugo de Papaya	130	41.60	0.50	0.10	10.70
ALMUERZO					
Sopa de menudencia					
Papa blanca	20	19.40	0.40	0.00	4.50
Apio	20	4.20	0.10	0.00	1.00
Porro (2)	20	8.00	0.50	0.20	1.50
Nabo (2)	20	3.20	0.10	0.00	0.70
Zapallo macre (2)	20	5.20	0.10	0.00	1.30
Fideos	20	72.00	1.90	0.00	15.60
Menudencia picada	50				
Estofado de pollo					
Arroz pilado o pulido crudo	110	394.90	9.00	0.60	85.60
Pollo carne, pulpa	100	170.00	18.20	10.20	
Tomate (4)	10	1.90	0.10	0.00	0.40
Aceite vegetal de soya	16	141.40		16.00	
Cebolla de cabeza (2)	15	7.40	0.20	0.00	1.70
Arvejas frescas	15	15.90	1.10	0.10	2.80
Zanahoria (2)	15	6.20	0.10	0.10	1.40
Ajos	2	2.60	0.10	0.00	0.60
Pimiento rojo	15	5.30	0.20	0.10	1.20
Aji Panca, molido, con sal	1	0.50	0.00	0.00	0.10
Sal para todo el almuerzo	3	0.00	0.00	0.00	0.00
Manzana Delicia	200	108.00	0.60	0.00	29.40
Sal para todo el almuerzo	3				
SUB TOTAL		966.10	32.70	27.30	147.80
COMIDA					
Hígado encebollado					
Arroz Pilado o pulido crudo	100	359.00	8.20	0.50	77.80
Hígado	100	121.00	19.90	4.00	3.33
Aceite vegetal de soya	16	141.40	0.00	16.00	0.00
Cebolla de cabeza (2)	30	14.70	0.40	0.10	3.40
Ajos	2	2.60	0.10	0.00	0.60
Pimienta negra	1	3.60	0.10	0.10	0.60
Tomate (4)	20	3.80	0.20	0.00	0.90
Sal para toda la comida	2				
Membrillo	30	12.90	0.09	0.03	3.45
azúcar	20	76.00			19.60
Sub total		735.00	28.99	20.73	109.68
TOTAL	1496	2272.80	81.59	63.73	347.28

Fuentes:

- Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla de Dosificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva. 2005.
- Longo E, Navarro E. Técnica dietoterápica. Editorial el Ateneo. Argentina 1998.



Menú Tipo

ALIMENTO	Cantidad	Energ	Prot	Grasa	Carboh
	gr.	Kcal	gr.	gr.	gr.
DESAYUNO					
Avena hojuelas	15	60.60	1.90	1.40	10.40
Azúcar rubia	8	30.40			7.90
Leche fluida de vaca	250	157.50	7.80	8.80	12.00
Azúcar rubia	10	38.00			9.80
Pan francés	60	174.60	5.00	0.10	38.30
queso fresco de vaca	30	69.00	4.70	5.30	0.70
SUB TOTAL		530.10	19.40	15.60	79.10
10:00 a.m.					
Jugo de Papaya	130	41.60	0.50	0.10	10.70
ALMUERZO					
Sopa de menudencia					
Papa blanca	20	19.40	0.40	0.00	4.50
Apio	20	4.20	0.10	0.00	1.00
Poro (2)	20	8.00	0.50	0.20	1.50
Nabo (2)	20	3.20	0.10	0.00	0.70
Zapallo macre (2)	20	5.20	0.10	0.00	1.30
Fideos	20	72.00	1.90	0.00	15.60
Menudencia picada	50				
Estofado de pollo					
Arroz pilado o pulido crudo	110	394.90	9.00	0.60	85.60
Pollo carne, pulpa	100	170.00	18.20	10.20	
Tomate (4)	10	1.90	0.10	0.00	0.40
Aceite vegetal de soya	16	141.40		16.00	
Cebolla de cabeza (2)	15	7.40	0.20	0.00	1.70
Arvejas frescas	15	15.90	1.10	0.10	2.80
Zanahoria (2)	15	6.20	0.10	0.10	1.40
Ajos	2	2.60	0.10	0.00	0.60
Pimiento rojo	15	5.30	0.20	0.10	1.20
Aji Panca, molido, con sal	1	0.50	0.00	0.00	0.10
Sal para todo el almuerzo	3	0.00	0.00	0.00	0.00
Manzana Delicia	200	108.00	0.60	0.00	29.40
Sal para todo el almuerzo	3				
SUB TOTAL		966.10	32.70	27.30	147.80
COMIDA					
Hígado encebollado					
Arroz Pilado o pulido crudo	100	359.00	8.20	0.50	77.80
Hígado	100	121.00	19.90	4.00	3.33
Aceite vegetal de soya	16	141.40	0.00	16.00	0.00
Cebolla de cabeza (2)	30	14.70	0.40	0.10	3.40
Ajos	2	2.60	0.10	0.00	0.60
Pimienta negra	1	3.60	0.10	0.10	0.60
Tomate (4)	20	3.80	0.20	0.00	0.90
Sal para toda la comida	2				
Membrillo	30	12.90	0.09	0.03	3.45
azúcar	20	76.00			19.60
Sub total		735.00	28.99	20.73	109.68
TOTAL	1496	2272.80	81.59	63.73	347.28

Fuentes:

- Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla de Dosificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva, 2006.
- Longo J., Navarro F. Técnicas dietéticas. Edita en el Ateneo Argentina 1998



10.1.5. Dieta hipercalórica

Es una dieta completa; aquella que cumple con las cuatro leyes de la Nutrición; debe ser suficiente en calorías para cubrir las necesidades energéticas del individuo; completa en su composición aportando macro nutrientes, micronutrientes y fibra; armónica en la proporción de nutrientes según las recomendaciones de la OMS y adecuada para cada paciente.

Se puede distribuir en 4-5 tomas diarias con la posibilidad de dejar abierta las opciones de fraccionar en más tomas siempre y cuando sea acorde con patrón alimentario saludable. En la que se incluyen colaciones adicionales con densidad calórica de 1.

Alcance:

Se le indica a pacientes con bajo peso, gestantes adolescentes, madres lactantes; Gestantes con TB; Gestantes con VIH.

Composición de la Dieta hipercalórica

2500 kcal

Proteínas 12-15%

Lípidos 30%

Carbohidratos 50-60%

Esquema Alimentario

Desayuno

- 1 taza de leche
- 1 taza de avena
- 1 Pan con acompañamiento (Mantequilla, mermelada, manjar)
- 1 Pan con acompañamiento proteico (queso, hotdog, huevo, amonada)

Media mañana

- 1 Vaso de Jugo de frutas

Almuerzo

- Preparaciones calientes
- Preparaciones frías
- Plato de Fondo
- Postre: mazamorra o pudines

Media tarde

- 1 Unidad de Fruta

Comida

- Plato de Fondo
- Postre: mazamorra o pudines



Aporte nutricional total

Tiempo de Comida	Energía	Proteína	lípidos	Carbohidratos
Desayuno	574.6	19.4	19.7	81
Media mañana	66	66	66	66
Almuerzo	914.9	35.5	20.4	144.9
Media tarde	108	0.6	0	29.4
Comida	839.6	33.8	31.3	109.3
Total de aporte	2503.1	155.3	137.4	430.6

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente: Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla de Distribución de Alimentos para servicios de alimentación colectiva. 2005



Menú tipo

ALIMENTO	Cantidad Gr	Energ Kcal	Prot g	Grasa g	Carboh g
DESAYUNO					
Avena hojuelas	15	60.6	1.9	1.4	10.4
Azúcar rubia	10	38	0	0	9.8
Leche fluida de vaca	250	157.5	7.8	8.8	12
Azúcar rubia	10	38	0	0	9.8
Pan francés 2 unidades	60	174.6	5	0.1	38.3
Margarina con sal	5	36.9	0	4.1	0
queso fresco de vaca	30	69	4.7	5.3	0.7
SUB TOTAL		574.6	19.4	19.7	81
10:00 a.m.					
Naranja, jugo de	200	66	0	0	17.8
SUB TOTAL		66	66	66	66
AMUERZO					
Sopa de verduras					
Papa blanca	20	19.4	0.4	0	4.5
Aplo	20	4.2	0.1	0	1
Porro (2)	20	8	0.5	0.2	1.5
Nabo (2)	20	3.2	0.1	0	0.7
Zapallo macre (2)	20	5.2	0.1	0	1.3
Fideos	20	72	1.9	0	15.6
Bistec apanado					
Arroz Pilado o pulido crudo	90	323.1	7.4	0.5	70
Vacuno Pulpa	100	108	21.4	1.6	0
Aceite vegetal de soya	18	159.1	0	18	0
Papa blanca	100	97	2.1	0.1	22.3
Polenta	15	51.8	1.1	0	11.3
Sal para todo el almuerzo	3				
Ensalada de Tomate					
Tomate (4)	17	3.2	0.1	0	0.7
Limón jugo de	1	0.3	0	0	0.1
Mazamorra de plátano 150cc					
Azúcar rubia	8	30.4	0	0	7.9
Plátano, harina de (6)	10	30	0.3	0	8
SUB TOTAL		914.9	35.5	20.4	144.9
03:00 p.m.					
Manzana Dell'icià	200	108	0.6	0	29.4
COMIDA					
Pollo c/verduras					
Pollo carne, pulpa	100	170	18.2	10.2	0
Arroz pilado o pulido crudo	90	323.1	7.4	0.5	70
Brócoli (3)	90	36	4.4	0.8	5.1
Tomate (4)	10	1.9	0.1	0	0.4
Aceite vegetal de soya	13	114.9	0	13	0
Cebolla de cabeza (2)	13	6.4	0.2	0	1.5
Vainitas (2)	90	33.3	2.2	0.3	7.3
Zanahoria (2)	30	12.3	0.2	0.2	2.8
Ajos	2	2.6	0.1	0	0.6
Palta	50	65.5	0.9	6.3	2.8
Sal para toda la comida	2				
Mazamorra de manzana 150cc					
Azúcar rubia	8	30.4	0	0	7.9
Manzana	15	8.1	0	0	2.2
Maicena	10	35.1	0.1	0	8.7
SUB TOTAL		839.6	33.8	31.3	109.3
TOTAL	1780	2503.1	155.3	137.4	430.6

Fuentes:

- Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla de Dosificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva 2005.
- Longo E Navarro E. Técnica Dieta terapia. Editorial el Ateneo. Argentina 1998.



10.1.6. Dieta hiperproteica:

La ingestión de proteínas en la dieta se debe aumentar cuando se requiere lograr un balance positivo de nitrógeno en pacientes hipercatabólicos. Se emplea hasta un 20 % de proteína del valor energético total. La relación energía nitrógeno debe ser suficiente (150 – 200 Kcal. /g de nitrógeno). Se debe vigilar la función renal y consumir mayor cantidad de agua.

Mínimo proteico teórico: 0.8 gramos de proteínas / Kg. de peso corporal (ideal)

Alcance:

Se utiliza esta dieta en pacientes mujeres adultas que se encuentran con diagnóstico de Malnutrición proteico energética, problemas relacionados con la cirugía, quemados: por la piel se pierde gran cantidad de proteínas. También necesitan gran cantidad de energía, estados febriles y enfermedades infecciosas, pues hay hipercatabolismo, Hipertiroidismo, cáncer, tumores, síndrome de mal absorción: intestino corto, cualquier situación en la que convenga dar una suplementación.

Composición de la Dieta Hiperproteica

2200 kcal

Proteínas 15-20%

Lípidos 30-40%

Carbohidratos 50-55%

Esquema de alimentación

Desayuno:

1 taza de Avena Hojuelas cocidas con azúcar

1 taza de Leche fluida de vaca con azúcar

1 unidad Pan francés

1 unidad Huevo de gallina. Cocido

1 unidad de pan de contenido energético (mantequilla, manjar, mermelada)

Media mañana

250 cc de Jugo de Frutas

Almuerzo

- Preparaciones calientes ó Preparaciones frías
- Plato de Fondo
- Postre: Frutas, mazamorra o pudines



Media tarde

- 200cc de Leche Fluida

Comida

- Preparaciones frías
- Plato de Fondo
- Postre: Compotas de frutas ó mazamorra ó pudins

Aporte nutricional total

Tiempo de Comida	Energía	Proteína	lípidos	Carbohidratos
Desayuno	552.1	22.4	15.3	81.4
Media mañana	41.6	0.5	0.1	10.7
Almuerzo	822.2	28.5	19.9	132.1
Media tarde	145	6.2	7	14.5
Comida	692.3	32.4	23.4	85.9
Total de aporte	2253.2	90	65.7	324.6

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente: Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla de Dosificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva. 2005



Menú Tipo

Hiperproteica	Cantidad gr	Energ Kcal	Prot g	Grasa g	Carboh g
DESAYUNO					
Avena hojuelas	15	60.6	1.9	1.4	10.4
Azúcar rubia	10	38	0	0	9.8
Pan francés	60	174.6	5	0.1	38.3
huevo de gallina, cocido	60	83.4	7.7	5	1.1
Leche fluida de vaca	250	157.5	7.8	8.8	12
Azúcar rubia	10	38	0	0	9.8
SUB TOTAL		552.1	22.4	15.3	81.4
10:00 a.m.					
Papaya	130	41.6	0.5	0.1	10.7
ALMUERZO					
Sopa de menudencia					
Papa blanca	20	19.4	0.4	0	4.5
Aplo	20	4.2	0.1	0	1
Porro (2)	20	8	0.5	0.2	1.5
Nabo (2)	20	3.2	0.1	0	0.7
Zapallo macre (2)	20	5.2	0.1	0	1.3
Fideos	20	72	1.9	0	15.6
Menudencia picada	50	0	0	0	0
Pollo al horno					
Pollo Carne, pulpa	90	153	16.4	9.2	0
Arroz pilado o pulido crudo	100	359	8.2	0.5	77.8
Ajos	1	1.3	0.1	0	0.3
Sillao de soya, con sal y melaza	1	0.5	0.1	0	0
Aceite vegetal de soya	10	88.4	0	10	0
Manzana Delicia	200	108	0.6	0	29.4
Sal para todo el almuerzo	3				
SUB TOTAL		822.2	28.6	19.9	132.1
03:00 p.m.					
Leche fluida de vaca	200	126	6.2	7	9.6
Azúcar rubia	5	19	0	0	4.9
SUB TOTAL		145	6.2	7	14.5
COMIDA					
Pescado frito					
Arroz pilado o pulido crudo	90	323.1	7.4	0.5	70
Bacalao fresco	110	84.7	19.3	0.3	0
Aceite vegetal de soya	17	150.3	0	17	0
Sal para toda la comida	2				
Ensalada fresca					
Tomate (4)	17	3.2	0.1	0	0.7
Lechuga americana	20	2.2	0.1	0	0.5
Zanahoria (2)	20	8.2	0.1	0.1	1.8
Fresco, Choclo	20	25.8	0.7	0.2	5.6
Limón jugo de	1	0.3	0	0	0.1
SUB TOTAL		697.8	27.7	18.1	78.7
Noche					
Leche fluida de vaca	150	94.5	4.7	5.3	7.2
SUB TOTAL		94.5	4.7	5.3	7.2
TOTAL	1607	2253.2	90	65.7	324.6

Fuentes:

- Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. *Tabla de Dosificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva.* 2005.
- Longo E Navarro E. *Técnica dietoterápica.* Editorial el Ateneo. Argentina. 1999.



10.1.7. Dieta hipocalórica:

Este plan de alimentación se utiliza para producir un balance energético negativo y en consecuencia la disminución del peso.

Alcance:

Se emplea en pacientes adultos con sobrepeso y obesos (Índice de masa corporal mayor de 24.9 kg. /m²).

Alimentos permitidos

Los alimentos básicos que deben estar presentes en este tipo de dietas incluyen a los lácteos (descremados), los huevos, las carnes magras, pescados, frutas y hortalizas. Los hidratos de carbono complejos como arroz, pasta, pan y papa presentes en cantidad reducida y las leguminosas con frecuencia semanal. Los hidratos complejos: arroz, pasta, patata y pan, deben consumirse con una frecuencia semanal. Siempre en el almuerzo y no en la cena.

Incluir aceites solamente en crudo y como aliño (aderezo) de ensaladas y verduras.

- Se recomendarán cocinar al vapor y, asar a la plancha, y tratar de conservar y hacer cocción en el jugo propio del alimento.
- Diariamente se recomienda beber 2 litros de agua.
- Nunca evitar o saltar comidas.
- Realizar 5 comidas diarias, el desayuno, almuerzo, cena, y dos meriendas o colaciones. Una merienda a media mañana y otra a media tarde.
- La cena debe ser más ligera que el almuerzo ya que el metabolismo se enlentece por las noches, donde las calorías de mas en ese rango horario, se acumularán como reservas grasas.
- El almuerzo y la cena deben estar formados por vegetales y algún alimento rico en proteínas (carnes magras, pescados o huevos).

Alimentos excluidos

Las frituras, saltado en aceites, mantequillas o grasas.

Todo alimento que sea abundante en grasas, los azúcares refinados y las bebidas alcohólicas

Composición de la Dieta hipocalórica

Se prescriben dietas con un aporte energético de 1500 – 1200 Kcal.

1500 kcal

Proteínas 12-15%

Líquidos 25-30%

Carbohidratos 50-60%



10.1.6. Dieta hiperproteica:

La ingestión de proteínas en la dieta se debe aumentar cuando se requiere lograr un balance positivo de nitrógeno en pacientes hipercatabólicos. Se emplea hasta un 20 % de proteína del valor energético total. La relación energía nitrógeno debe ser suficiente (150 – 200 Kcal. /g de nitrógeno). Se debe vigilar la función renal y consumir mayor cantidad de agua.

Mínimo proteico teórico: 0.8 gramos de proteínas / Kg. de peso corporal (ideal)

Alcance:

Se utiliza esta dieta en pacientes mujeres adultas que se encuentran con diagnóstico de Malnutrición proteico energética, problemas relacionados con la cirugía, quemados: por la piel se pierde gran cantidad de proteínas. También necesitan gran cantidad de energía, estados febriles y enfermedades infecciosas, pues hay hipercatabolismo, Hipertiroidismo, cáncer, tumores, síndrome de mal absorción: intestino corto, cualquier situación en la que convenga dar una suplementación.

Composición de la Dieta Hiperproteica

2200 kcal

Proteínas 15-20%

Lípidos 30-40%

Carbohidratos 50-55%

Esquema de alimentación

Desayuno:

1 taza de Avena Hojuelas cocidas con azúcar

1 taza de Leche fluida de vaca con azúcar

1 unidad Pan francés

1 unidad Huevo de gallina. Cocido

1 unidad de pan de contenido energético (mantequilla, manjar, mermelada)

Media mañana

250 cc de Jugo de Frutas

Almuerzo

- Preparaciones calientes ó Preparaciones frías
- Plato de Fondo
- Postre: Frutas, mazamorra o pudines



Media tarde

- 200cc de Leche Fluida

Comida

- Preparaciones frías
- Plato de Fondo
- Postre: Compotas de frutas ó mazamorra ó pudins

Aporte nutricional total

Tiempo de Comida	Energía	Proteína	lípidos	Carbohidratos
Desayuno	552.1	22.4	15.3	81.4
Media mañana	41.6	0.5	0.1	10.7
Almuerzo	822.2	28.5	19.9	132.1
Media tarde	145	6.2	7	14.5
Comida	692.3	32.4	23.4	85.9
Total de aporte	2253.2	90	65.7	324.6

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente: Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla de Clasificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva. 2005



Menú Tipo

Hiperproteica	Cantidad gr	Energ Kcal	Prot g	Grasa g	Carboh g
DESAYUNO					
Avena hojuelas	15	60.6	1.9	1.4	10.4
Azúcar rubia	10	38	0	0	9.8
Pan francés	60	174.6	5	0.1	38.3
huevo de gallina. cocido	60	83.4	7.7	5	1.1
Leche fluida de vaca	250	157.5	7.8	8.8	12
Azúcar rubia	10	38	0	0	9.8
SUB TOTAL		552.1	22.4	15.3	81.4
10:00 a.m.					
Papaya	130	41.6	0.5	0.1	10.7
ALMUERZO					
Sopa de menudencia					
Papa blanca	20	19.4	0.4	0	4.5
Aplo	20	4.2	0.1	0	1
Poro (2)	20	8	0.5	0.2	1.5
Nabo (2)	20	3.2	0.1	0	0.7
Zapallo macre (2)	20	5.2	0.1	0	1.3
Fideos	20	72	1.9	0	15.6
Menudencia picada	50	0	0	0	0
Pollo al homo					
Pollo Carne, pulpa	90	153	16.4	9.2	0
Arroz pilado o pulido crudo	100	359	8.2	0.5	77.8
Ajos	1	1.3	0.1	0	0.3
Sillao de soya, con sal y melaza	1	0.5	0.1	0	0
Aceite vegetal de soya	10	88.4	0	10	0
Manzana Delicia	200	108	0.6	0	29.4
Sal para todo el almuerzo	3				
SUB TOTAL		822.2	28.5	19.9	132.1
03:00 p.m.					
Leche fluida de vaca	200	126	6.2	7	9.6
Azúcar rubia	5	19	0	0	4.9
SUB TOTAL		145	6.2	7	14.5
COMIDA					
Pescado frito					
Arroz pilado o pulido crudo	90	323.1	7.4	0.5	70
Bacalao fresco	110	84.7	19.3	0.3	0
Aceite vegetal de soya	17	150.3	0	17	0
Sal para toda la comida	2				
Ensalada fresca					
Tomate (4)	17	3.2	0.1	0	0.7
Lechuga americana	20	2.2	0.1	0	0.5
Zanahoria (2)	20	8.2	0.1	0.1	1.8
Fresco. Choclo	20	25.8	0.7	0.2	5.6
Limón jugo de	1	0.3	0	0	0.1
SUB TOTAL		597.8	27.7	18.1	78.7
Noche					
Leche fluida de vaca	150	94.5	4.7	5.3	7.2
SUB TOTAL		94.5	4.7	5.3	7.2
TOTAL	1607	2253.2	90	65.7	324.6

Fuentes:

- Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla de Clasificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva 2005.
- Longo E, Navarro E. Técnica dietoterápica. Editorial el Ateneo. Argentina 1998.



10.1.7. Dieta hipocalórica:

Este plan de alimentación se utiliza para producir un balance energético negativo y en consecuencia la disminución del peso.

Alcance:

Se emplea en pacientes adultos con sobrepeso y obesos (Índice de masa corporal mayor de 24.9 kg. /m²).

Alimentos permitidos

Los alimentos básicos que deben estar presentes en este tipo de dietas incluyen a los lácteos (descremados), los huevos, las carnes magras, pescados, frutas y hortalizas. Los hidratos de carbono complejos como arroz, pasta, pan y papa presentes en cantidad reducida y las leguminosas con frecuencia semanal. Los hidratos complejos: arroz, pasta, patata y pan, deben consumirse con una frecuencia semanal. Siempre en el almuerzo y no en la cena.

Incluir aceites solamente en crudo y como aliño (aderezo) de ensaladas y verduras.

- Se recomendarán cocinar al vapor y, asar a la plancha, y tratar de conservar y hacer cocción en el jugo propio del alimento.
- Diariamente se recomienda beber 2 litros de agua.
- Nunca evitar o saltar comidas.
- Realizar 5 comidas diarias, el desayuno, almuerzo, cena, y dos meriendas o colaciones. Una merienda a media mañana y otra a media tarde.
- La cena debe ser más ligera que el almuerzo ya que el metabolismo se ralentiza por las noches, donde las calorías de más en ese rango horario, se acumularán como reservas grasas.
- El almuerzo y la cena deben estar formados por vegetales y algún alimento rico en proteínas (carnes magras, pescados o huevos).

Alimentos excluidos

Las frituras, saltado en aceites, mantequillas o grasas.

Todo alimento que sea abundante en grasas, los azúcares refinados y las bebidas alcohólicas

Composición de la Dieta hipocalórica

Se prescriben dietas con un aporte energético de 1500 – 1200 Kcal.

1500 kcal

Proteínas 12-15%

Líquidos 25-30%

Carbohidratos 50-60%



Esquema de Alimentación

Desayuno

- 1 taza de leche
- 1 taza de avena
- 1 Pan con acompañamiento (Mantequilla, mermelada, manjar)
- 1 Pan con acompañamiento proteico (queso, hotdog, huevo, amonada)

Media mañana

- 1 Vaso de Jugo de frutas

Almuerzo

- Preparaciones frías (Ensaladas de verduras)
- Plato de Fondo
- Postre: Fruta

Comida

- Preparaciones frías (Ensaladas de verduras)
- Plato de Fondo
- Postre: Fruta

Aporte nutricional total

Tiempo de Comida	Energía	Proteína	lípidos	Carbohidratos
Desayuno	412.4	16.9	15.6	62
Media mañana	33	0.5	0.2	8.2
Almuerzo	525.3	28.4	14.8	69.5
Comida	531.1	23.2	12.8	63
Total de aporte	1501.8	69	43.4	192.7

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011
Fuente: Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla de Distribución de Alimentos para servicios de alimentación colectiva, 2005



Menú Tipo

ALIMENTO	Cantidad gr	Energ Kcal	Prot g	Grasa V g	Carboh g
DESAYUNO					
Leche fluida de vaca	250	157.5	7.8	8.8	12
Avena hojuelas	15	60.6	1.9	1.4	10.4
Azúcar rubia	10	38	0	0	9.8
Pan francés	30	87.3	2.5	0.1	19.1
queso fresco de vaca	30	69	4.7	5.3	0.7
SUB TOTAL		412.4	16.9	15.6	52
10:00 a.m.					
Naranja agria, jugo de frutas	100	33	0.5	0.2	8.2
ALMUERZO					
Res al jugo					
Vacuno pulpa	100	108	21.4	1.6	0
Arroz pilado o pulido crudo	60	215.4	4.9	0.3	46.7
Cebolla de cabeza (2)	10	4.9	0.1	0	1.1
Tomate (4)	10	1.9	0.1	0	0.4
Ajos	1	1.3	0.1	0	0.3
Aceite vegetal de soya	12	106.1	0	12	0
Pimiento rojo	40	14	0.6	0.2	3.1
Mandarina	160	56	0.8	0.5	13.9
Ensalada fresca					
Lechuga americana	20	2.2	0.1	0	0.5
Tomate (4)	15	2.9	0.1	0	0.6
Zanahoria	30	12.3	0.2	0.2	2.8
Limón jugo de	1	0.3	0	0	0.1
Sal para todo el almuerzo	3				
SUB TOTAL		525.3	28.4	14.8	69.5
COMIDA					
Pollo guisada con vainita					
Pollo carne, pulpa	80	136	14.6	0	0
Arroz pilado o pulido crudo	60	215.4	4.9	0.3	46.7
Cebolla de cabeza (2)	10	4.9	0.1	0	1.1
Tomate (4)	10	1.9	0.1	0	0.4
Ajos	1	1.3	0.1	0	0.3
Aceite vegetal de soya	12	106.1	0	12	0
Pimiento rojo	40	14	0.6	0.2	3.1
Vainitas (2)	100	37	2.4	0.3	8.1
Sal para toda la comida	2				
Salsa criolla					
Tomate (4)	15	2.9	0.1	0	0.6
Cebolla de cabeza (2)	23	11.3	0.3	0	2.6
Limón jugo de	1	0.3	0	0	0.1
SUB TOTAL		531.1	23.2	12.8	63
TOTAL	668	1601.8	69	43.4	192.7

Fuentes:

- Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla de Dosificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva. 2003
- Longo E, Navarro E. Técnica dietoterápica. Editorial el Ateneo. Argentina 1998.



10.1.8. Dieta hipo sódica:

Controla la ingestión de sodio en la dieta para mantener el estado de hidratación, para impedir la retención de líquidos, para promover la pérdida de exceso de líquidos.

De acuerdo al aporte de sodio en miligramos la dieta hipo sódica se clasifican en:

Dieta Hipo sódica leve: Es la que contiene 2000 miligramos de sodio. Es una alimentación que limita alimentos que se conservan por medio del salado.

Dieta Hipo sódica moderada: Es la que aporta 1000 miligramos de sodio. En este plan no se debe agregar sal al preparar los alimentos.

Dieta Hipo sódica severa: Es la que aporta 500 miligramos de sodio. Esta dieta se debe utilizar por periodos cortos. La alimentación es limitada.

La restricción de sodio depende de la severidad del padecimiento y del uso de diuréticos. Tomar en cuenta los medicamentos usados por el paciente, principalmente los antiácidos, contienen cantidades importantes de sodio, por lo cual se debe vigilar su prescripción.

Alcance:

Manejar pacientes con hipertensión, manejo de la insuficiencia hepática, renal y cardiaca.

Alimentos permitidos

Tratar de elaborar platillos apetitosos agregando algunas hierbas y especias ya que al no utilizar sal, las preparaciones pueden no ser muy apetitosas para el paciente.

Leche hasta 480 cc

Carne de aves (pollo, pavo), pescado, res fresca o congelada.

Huevo 1 unid por día

Vegetales frescos y legumbres

Cereales: avena, arroz, germen de trigo, harina de maíz, fideos cocidos sin sal

Frutas frescas (crudas o cocidas)

Alimentos excluidos

Dieta Hipo sódica leve: Los embutidos, salchichas, enlatados, aceituna, queso, las galletas de soda, leche con moderación, etc.



Dieta Hipo sódica moderada:

Se eliminan el pan, las pastas. Se restringen las verduras ricas en sodio (zanahoria, espinaca, apio, acelga); adicional a los alimentos enumerados en la dieta hipo sódica leve. Se eliminan los embutidos, enlatados y alimentos que contengan conservantes ricos en sodio, como el benzoato de sodio, glutamato mono sódico y el nitrato de sodio entre otros.

Dieta Hipo sódica severa: café, gaseosas, las bebidas industrializadas (Frugos, Tampico, Crifrut), bebidas hidratantes, bebidas minerales con gas y mermeladas industrializadas.

Composición de la Dieta hipo sódica

2200 kcal

Proteínas 12-15%

Lípidos 30- 30%

Carbohidratos 50-60%

Esquema alimentario***Desayuno***

- 1 taza avena hojuelas
- 240 cc Leche fluida de vaca

Media mañana

- 1 vaso de jugo

Almuerzo

- Preparaciones calientes
- Preparaciones frías
- Plato de Fondo
- 1 Unidad de fruta

Comida

- Plato de Fondo
- Compota de fruta



Aporte nutricional total

Tiempo de Comida	Energía	Proteína	lípidos	Carbohidratos	Sodio (mg)
Desayuno	439.4	18.5	13.4	60.4	165.4
Media mañana	41.6	0.5	0.1	10.7	3.9
Almuerzo	957.2	38.4	0.7	37.5	440.2
Comida	920.2	31.7	26.1	140.2	326.9
Total de aporte	2358.4	89.1	40.2	248.8	936.5

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente:

Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla de Dosificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva 2005.

Tabla de composición de alimentos de América Latina- LatinFoods.

Nota: Este aporte Nutricional ha sido calculado por medio del obtención de las mediana de los tres tipo de dietas hipo sódicas.



Menú Tipo

Dieta hiposódica leve

ALIMENTO	Cantidad Gr	Energ Kcal	Prot g	Grasa g	Carboh G	Sodio Na mg
DESAYUNO						
Avena hojuelas	15	60.6	1.9	1.4	10.4	3.15
Azúcar rubia	8	30.4	0	0	7.9	0.88
Leche fluida de vaca	240	153.6	7.68	7.68	12.24	76.8
Azúcar rubia	10	38	0	0	9.8	1.1
Pan	30	87.3	2.5	0.1	19.1	6
Huevo sancocado	50	69.5	6.45	4.2	0.95	77.5
SUB TOTAL		439.4	18.53	13.38	60.39	165.43
10:00 a.m.						
Papaya	130	41.6	0.5	0.1	10.7	3.9
ALMUERZO						
Sopa de verduras						
Papa blanca	20	19.4	0.4	0	4.5	4.8
Apio	20	4.2	0.1	0	1	2.6
Porro (2)	20	8	0.5	0.2	1.5	4
Nabo (2)	20	3.2	0.1	0	0.7	5.6
Zapallo macre (2)	20	5.2	0.1	0	1.3	0.4
Fideos	20	72	1.9	0	15.6	1.22
Sal	1					400
Pollo c/verduras						
Pollo carne, pulpa	120	204	21.8	12.2	0.0	84
Arroz pilado o pulido crudo	110	394.9	9	0.6	85.6	4.4
Brócoli (3)	30	12	1.5	0.3	1.7	8.1
Tomate (4)	10	1.9	0.1	0.0	0.4	0.6
Aceite vegetal de soya	16	141.4	0	16.0	0.0	0
Cebolla de cabeza (2)	13	6.4	0.2	0.0	1.5	3.38
Arvejas frescas	15	15.9	1.1	0.1	2.8	5.7
Zanahoria (2)	15	6.2	0.1	0.1	1.4	3.3
Vainitas (2)	20	7.4	0.5	0.1	1.6	0.4
Ajos	2	2.6	0.1	0.0	0.6	1.38
Sal	1					400
Fruta - Mandarina	150	52.5	0.9	0.45	12.9	10.35
SUB TOTAL		957.2	38.4	0.65	37.5	940.23
COMIDA						
Gulso de pollo						
Arroz pilado o pulido crudo	100	359	8.2	0.5	77.8	4
Pollo carne, pulpa	100	170	18.2	10.2	0	70
Papa blanca	150	145.5	3.2	0.2	33.5	36
Arvejas frescas	15	15.9	1.1	0.1	2.8	5.7
Zanahoria (2)	15	6.2	0.1	0.1	1.4	3.3
Tomate (4)	20	3.8	0.2	0	0.9	1.2
Ajos	1	1.3	0.1	0	0.3	0.69
Cebolla de cabeza (2)	10	4.9	0.1	0	1.1	2.6
Aceite vegetal de soya	15	132.6	0	15	0	0
Sal	3					1200
Manzana	150	81	0.45	0	22.39	3.45
SUBTOTAL		920.2	31.65	26.1	140.19	1326.94
TOTAL	1685	2358.4	89.08	40.23	248.78	2436.5

Fuentes:

- Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. *Tabla de Dosificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva* 2005
- Longo E, Navarro E. *Técnica dietoterápica*. Editorial el Ateneo Argentina 1998.
- *Tabla de composición de alimentos de América Latina- LatinFoods*



Menú Tipo

Dieta hiposódica moderada

ALIMENTO	Cantidad Gr	Energ Kcal	Prot g	Grasa g	Carboh G	Sodio Na mg
DESAYUNO						
Avena hojuelas	15	60.6	1.9	1.4	10.4	3.15
Azúcar rubia	8	30.4	0	0	7.9	0.88
Leche fluida de vaca	240	153.6	7.68	7.68	12.24	76.8
Azúcar rubia	10	38	0	0	9.8	1.1
Pan	30	87.3	2.5	0.1	19.1	6
Huevo sancocado	50	69.5	6.45	4.2	0.95	77.5
SUB TOTAL		439.4	18.53	13.38	60.39	165.43
10:00 a.m.						
Papaya	130	41.6	0.5	0.1	10.7	3.9
ALMUERZO						
Sopa de verduras						
Papa blanca	20	19.4	0.4	0	4.5	4.8
Apio	20	4.2	0.1	0	1	2.6
Porro (2)	20	8	0.5	0.2	1.5	4
Nabo (2)	20	3.2	0.1	0	0.7	5.6
Zapallo macre (2)	20	5.2	0.1	0	1.3	0.4
Fideos	20	72	1.9	0	15.6	1.22
Sal	0.25					100
Pollo c/verduras						
Pollo carne, pulpa	120	204	21.8	12.2	0.0	84
Arroz pilado o pulido crudo	110	394.9	9	0.6	85.6	4.4
Brócoli (3)	30	12	1.5	0.3	1.7	8.1
Tomate (4)	10	1.9	0.1	0.0	0.4	0.6
Aceite vegetal de soya	16	141.4	0	16.0	0.0	0
Cebolla de cabeza (2)	13	6.4	0.2	0.0	1.5	3.38
Arvejas frescas	15	15.9	1.1	0.1	2.8	5.7
Zanahoria (2)	15	6.2	0.1	0.1	1.4	3.3
Vainitas (2)	20	7.4	0.5	0.1	1.6	0.4
Ajos	2	2.6	0.1	0.0	0.6	1.38
Sal	0.5					200
Fruta - Mandarina	150	52.5	0.9	0.45	12.9	10.35
SUB TOTAL		957.2	38.4	0.65	37.5	440.23
COMIDA						
Guiso de pollo						
Arroz pilado o pulido crudo	100	359	8.2	0.5	77.8	4
Pollo carne, pulpa	100	170	18.2	10.2	0	70
Papa blanca	150	145.5	3.2	0.2	33.5	36
Arvejas frescas	15	15.9	1.1	0.1	2.8	5.7
Zanahoria (2)	15	6.2	0.1	0.1	1.4	3.3
Tomate (4)	20	3.8	0.2	0	0.9	1.2
Ajos	1	1.3	0.1	0	0.3	0.69
Cebolla de cabeza (2)	10	4.9	0.1	0	1.1	2.6
Aceite vegetal de soya	15	132.6	0	15	0	0
Sal	0.5					200
Manzana	150	81	0.45	0	22.39	3.45
SUBTOTAL		920.2	31.65	26.1	140.19	326.94
TOTAL	1681.25	2358.4	89.08	40.23	248.78	936.5

Fuentes:

- Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla de Distribución de Alimentos para servicios de alimentación colectiva. 2005.
- Longo E, Navarro E. Técnica dietoterapia. Editorial el Ateneo. Argentina 1998.
- Tabla de composición de alimentos de América Latina. LatinFoods.



- Menú Tipo

Dieta hiposódica severa

ALIMENTO	Cantidad Gr	Energ Kcal	Prot g	Grasa g	Carboh G	Sodio Na mg
DESAYUNO						
Avena hojuelas	15	60.6	1.9	1.4	10.4	3.15
Azúcar rubia	8	30.4	0	0	7.9	0.88
Leche fluida de vaca	240	153.6	7.68	7.68	12.24	76.8
Azúcar rubia	10	38	0	0	9.8	1.1
Pan	30	87.3	2.5	0.1	19.1	6
Huevo sancocado	50	69.5	6.45	4.2	0.95	77.5
SUB TOTAL		439.4	18.53	13.38	60.39	165.43
10:00 a.m.						
Papaya	130	41.6	0.5	0.1	10.7	3.9
ALMUERZO						
Sopa de verduras						
Papa blanca	20	19.4	0.4	0	4.5	4.8
Apio	20	4.2	0.1	0	1	2.6
Porro (2)	20	8	0.5	0.2	1.5	4
Nabo (2)	20	3.2	0.1	0	0.7	5.6
Zapallo macre (2)	20	5.2	0.1	0	1.3	0.4
Fideos	20	72	1.9	0	15.6	1.22
klón	0.3		0.02	0.02	0.21	0.1
Pollo c/verduras						
Pollo carne, pulpa	120	204	21.8	12.2	0.0	84
Arroz pilado o pulido crudo	110	394.9	9	0.6	85.6	4.4
Brócoli (3)	30	12	1.5	0.3	1.7	8.1
Tomate (4)	10	1.9	0.1	0.0	0.4	0.6
Aceite vegetal de soya	16	141.4	0	16.0	0.0	0
Cebolla de cabeza (2)	13	6.4	0.2	0.0	1.5	3.38
Arvejas frescas	15	15.9	1.1	0.1	2.8	5.7
Zanahoria (2)	15	6.2	0.1	0.1	1.4	3.3
Vainitas (2)	20	7.4	0.5	0.1	1.6	0.4
Ajos	2	2.6	0.1	0.0	0.6	1.38
orégano	0.3		0.03	0.03	0.2	0.04
Fruta - Mandarina	150	52.5	0.9	0.45	12.9	10.35
SUB TOTAL		957.2	38.45	0.7	37.91	140.37
COMIDA						
Guiso de pollo						
Arroz pilado o pulido crudo	100	359	8.2	0.5	77.8	4
Pollo carne, pulpa	100	170	18.2	10.2	0	70
Papa blanca	150	145.5	3.2	0.2	33.5	36
Arvejas frescas	15	15.9	1.1	0.1	2.8	5.7
Zanahoria (2)	15	6.2	0.1	0.1	1.4	3.3
Tomate (4)	20	3.8	0.2	0	0.9	1.2
Ajos	1	1.3	0.1	0	0.3	0.69
Cebolla de cabeza (2)	10	4.9	0.1	0	1.1	2.6
Aceite vegetal de soya	15	132.6	0	15	0	0
orégano	0.3		0.03	0.03	0.2	0.04
Manzana	150	81	0.45	0	22.39	3.45
SUBTOTAL		920.2	31.68	26.13	140.39	126.98
TOTAL	1680.9	2358.4	89.16	40.31	249.39	436.68

Fuentes:

- Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. *Tabla de Clasificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva*. 2005.
- Longo E, Navarro E. *Técnica dietoterápica*. Editorial el ateneo. Argentina 1998.
- *Tabla de composición de alimentos de América Latina*- LatinFood



10.1.9. Dieta hipoglúcida:

La dieta se puede modificar en la cantidad y el tipo de carbohidratos. Contribuir a controlar los niveles de glucosa en sangre. Se busca conseguir un peso normal y evitar posteriores complicaciones

- **Energía:** De acuerdo a las necesidades del paciente (entre 1500 a 1800 Kcal). En caso de Obesidad reducir la ingesta de energía.
- **Carbohidratos:** 50 – 55% del Valor Calórico Total. (Disminución de azúcares simples)
- **Proteínas:** 15% del VCT. (evitar alimentos proteicos grasos)
- **Grasas:** 30 % del VCT (evitar exceso de grasas saturadas)
- Es básico que la dieta sea rica en fibra porque ayuda a controlar la glucosa en la sangre
- Alimentación Fraccionada, para evitar alta carga de energía y azúcar en una sola comida

Alcance:

Se recomienda el uso de esta dieta para pacientes gestantes con Diabetes Gestacional, Diabetes Mellitus

Alimentos recomendados

- _ Cereales integrales
- _ Frutas
- _ Verduras
- _ Tubérculos y raíces. Yacón
- _ Menestras

Alimentos excluidos

- _ Azúcar, Dulces, Chocolates, Productos de pastelería, Bebidas azucaradas (gaseosas), Alimentos grasos (ricos en grasas saturadas), Bebidas alcohólicas.

Recomendaciones:

- _ Dar de comer de 5 a 6 veces al día
- _ Evitar dar gran cantidad de carbohidratos en una sola comida. (evitar combinar cereales, tubérculos menestras a la vez)
- _ En cada comida tratar siempre de incluir frutas y/o verduras
- _ Tratar de establecer un horario para las comidas

Composición de la Dieta hipoglúcida

1800 Kcal

Proteínas 12-15%

Lípidos 30- 35 %

Carbohidratos 50-60%



Esquema de alimentación

Desayuno

250 cc de Leche fluida de vaca

1 unidad de Pan con acompañamiento proteico (Queso, huevo, hot dog)

Media mañana

Jugo de Fruta sin azúcar (Naranja) o 1 unidad fruta

Almuerzo

Preparaciones frías (ensaladas de verduras)

Plato de fondo

Postre. Fruta

Media tarde

1 unidad de Fruta

Comida

Preparaciones frías (ensaladas de verduras)

Plato de fondo

Postre. fruta

Noche:

1 unidad de Fruta

Aporte nutricional total

Tiempo de Comida	Energía	Proteína	lípidos	Carbohidratos
Desayuno	313.8	15	14.2	31.8
Media mañana	66	1	0.4	16.4
Almuerzo	753.5	28.65	25.3	107.65
Media tarde	52.5	0.9	0.5	12.9
Comida	573.9	25.2	16.2	81.2
Total de aporte	1813.7	71.05	56.65	264.55

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente: Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla de Clasificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva 2005

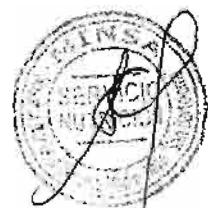


Menú Tipo

HIPOGLUCIDA	Cantidad Gr	Energ Kcal	Prot g	Grasa g	Carboh g
DESAYUNO					
Leche fluida de vaca	250	157.5	7.8	8.8	12
Pan francés	30	87.3	2.5	0.1	19.1
queso fresco de vaca	30	69	4.7	5.3	0.7
SUB TOTAL		313.8	15	14.2	31.8
10:00 a.m.					
Naranja agria, Jugo de	200	66	1	0.4	16.4
ALMUERZO					
Atún Saltado c/ Verduras					
Arroz pilado o pulido crudo	80	287.2	6.6	0.4	62.2
Atún en aceite, enlatado	55	158.4	13.3	11.3	
Brócoli (3)	100	40	4.9	0.9	5.7
Zanahoria (2)	35	14.4	0.2	0.2	3.2
Vainitas (2)	95	35.2	2.3	0.3	7.7
Aceite vegetal de soya	12	106.1		12	
Manzana deliciosa	150	81	0.45		22.05
Ensalada fresca					
Lechuga americana	20	2.2	0.1	0	0.5
Tomate (4)	15	2.9	0.1	0	0.6
Fresco. Choclo	20	25.8	0.7	0.2	5.6
Limón jugo de	1	0.3	0	0	0.1
Sal para todo el almuerzo	3				
SUB TOTAL		753.5	28.65	25.3	107.65
MEDIA MAÑANA					
3 p.m. FRUTA(Mandarina)	150	52.5	0.9	0.5	12.9
COMIDA					
Pollo al vapor					
Arroz Pilado o pulido crudo	80	287.2	6.6	0.4	62.2
Pollo Carne, pulpa	90	153	16.4	9.2	
Cebolla de cabeza (2)	10	4.9	0.1	0	1.1
Tomate (4)	10	1.9	0.1	0	0.4
Ajos	1	1.3	0.1	0	0.3
Orégano	1	0.5	0	0	0.1
Aceite vegetal de soya	8	53		6	
Mandarina	150	52.5	0.9	0.5	12.9
Sal para toda la comida	2				
Ensalada mixta					
Lechuga americana	20	2.2	0.1	0	0.5
Tomate (4)	15	2.9	0.1	0	0.6
Pepinillo o Pepino de mesa	40	4.4	0.2	0	1
Rabanitos	70	9.8	0.6	0.1	2
Limón jugo de	1	0.3	0	0	0.1
SUB TOTAL		573.9	25.2	16.2	81.2
7:P.M. FRUTA (Manzana)	150	54	0.3	0.1	14.6
TOTAL	1153	1813.7	71.05	56.65	264.55

Fuentes:

- Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla de Composición de Alimentos para servicios de alimentación colectiva. 2005
- Longo E, Navarro E. Técnica dietoterápica. Editorial el Ateneo. Argentina 1998



10.1.10. Dieta hipograsa:

Es la dieta con modificación en el contenido de grasa se utiliza para reducir los lípidos séricos en patologías.

Los Lípidos en la dieta deben constituir entre 25% a 30% del valor calórico total.

Los ácidos grasos saturados no deben exceder del 10% del valor calórico total. El contenido de colesterol no debe exceder los 300 mg diarios.

La dieta hipograsa es adecuada en los otros nutrientes, solo se recomienda complementar con suplementos de vitaminas liposolubles.

Alcance

Pacientes con hiperlipidemias y problemas cardiovasculares. También se utiliza para disminuir los síntomas de la esteatorrea por mala absorción y por problemas hepáticos o pancreáticos y post operados de litiasis vesicular.

Alimentos permitidos:

- incrementar el consumo de pescado 2-3 veces por semana.
- Aumentar el consumo de pollo o pavo sin piel.
- Utilizar como método de cocción el horneado, estofado, hervido.
- el consumo de aceitunas, nueces, almendras.
- Usar de forma moderada los aceites vegetales.
- Aumentar el consumo de fibra alimentaria (frutas y verduras).

Alimentos excluidos

- Evitar el consumo de embutidos, salchichas mariscos.
- Limitar el consumo de quesos y productos lácteos ricos en grasas.
- Limitar el consumo de vísceras (hígado, sesos, riñones)

Composición de la Dieta hipograsa

1800 kcal

Proteínas 12-15%

Lípidos 25% A 30 %

Carbohidratos 55-60%



Esquema de alimentación

Desayuno:

1 taza de Avena con azúcar

1 unidad de Pan con acompañamiento sin contenido de grasa (Mermelada de fresa; queso fresco; claras de huevo)

10:00 am

1 vaso de Jugo de Naranja sin azúcar

Almuerzo

Preparaciones frías

Plato de fondo

Postre: fruta

Comida

Preparaciones frías

Plato de fondo

Postre: fruta

Aporte nutricional total

Tiempo de Comida	Energía	Proteína	lípidos	Carbohidratos
Desayuno	281.2	1.9	1.5	60.5
Media mañana	66	0	0	17.8
Almuerzo	799.9	18.8	29.1	138.1
Comida	634.9	21	22.6	106.3
Total de aporte	1782	41.7	53.2	322.7

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente: Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla de Dotación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva. 2005



Menú Tipo

ALIMENTO	Cantidad gr	Energ Kcal	Prot g	Grasa g	Carboh g
DESAYUNO					
Avena hojuelas	15	60.6	1.9	1.4	10.4
Azúcar rubia	10	38	0	0	9.8
Pan francés	60	174.6	0	0.1	38.3
Mermelada de fresa	5	8	0	0	2
SUB TOTAL		281.2	1.9	1.5	60.5
10:00 a.m.					
Naranja, jugo de	200	86	0	0	17.8
ALMUERZO					
Pollo a la plancha					
Pollo carne, pulpa	100	170	18.2	10.2	0
Aceite vegetal	10			10	
Arroz pilado o pulido crudo	100	359	0	0.5	77.8
Papa blanca	100	97	0	0.1	22.3
Aceite vegetal de soya	3	26.5	0	3	0
Manzana Delicia	200	108	0.6	0	29.4
Sal para todo el almuerzo	3				
Ensalada fresca					
Tomate (4)	15	2.9	0	0	0.6
Lechuga americana	20	2.2	0	0	0.5
Zanahoria (2)	20	8.2	0	0.1	1.8
Fresco. Choclo	20	25.8	0	0.2	5.6
Limón jugo de	1	0.3	0	0	0.1
Aceite de sachá inchi	5			5	
SUBTOTAL		799.9	18.8	29.1	138.1
COMIDA					
Arroz Pilado o pulido crudo	100	359	0	0.5	77.8
Aceite vegetal	10			10	
Bonito y Jurel fresco	90	124.2	21	3.8	0
Papa blanca	100	97	0	0.1	22.3
Cebolla de cabeza (2)	10	4.9	0	0	1.1
Tomate (4)	10	1.9	0	0	0.4
Ajos	1	1.3	0	0	0.3
Orégano	1	0.5	0	0	0.1
Aceite vegetal de soya	3	26.5	0	3	0
Sal para toda la comida	2				
Ensalada cocida					
Vainitas (2)	30	11.1	0	0.1	2.4
Zanahoria (2)	20	8.2	0	0.1	1.8
Limón jugo de	1	0.3	0	0	0.1
Aceite de oliva	5			5	
SUBTOTAL		634.9	21	22.6	106.3
TOTAL	1235	1782	41.7	53.2	322.7

Fuentes:

- Instituto Nacional de Salud, Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla de Dosificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva 2005
- Longo E., Navarro E. Técnica dietoterápica. Editorial el Ateneo. Argentina 1999



10.1.11. Dieta thevenon:

Es la dieta blanda severa modificada, de aproximadamente con los mismos requerimientos la única diferencia es que se debe considerar alimentos de color blancos.

Es utilizada en el examen o test de sangre oculta en las heces. Esta sangre puede proceder de cualquier nivel del tubo digestivo. La sangre oculta en heces es con frecuencia el único signo de alarma de enfermedades colón-rectales.

Debe recomendarse, desde tres días antes del comienzo de la prueba hasta el final del periodo de test; es decir, se debe administrar durante seis días.

No tome pastillas de vitamina C que en grandes dosis puede provocar falsos-negativos.

En caso de diarrea, no debe efectuarse el test hasta que se restablezca la normalidad en la actividad intestinal.

Alcance:

En pediatría, se utiliza este tipo de dieta en pacientes que presentan hemorragia digestiva, anemia severa, parasitosis.

Alimentos Permitidos

Tomar alimentos con propiedades laxantes, por ejemplo verduras, ensaladas, frutas, pan integral, nueces. Considerar que sean de color blanco.

Huevo, pollo (pechuga); pescado blanco, pavita (pechuga)

Tubérculos: papa, yuca; cereales: arroz, avena, cereales refinados: maizena, chuño.

Alimentos excluidos

Evitar productos cárnicos o embutidos semi-crudos, por ejemplo bistec, hígado, morcilla. Los alimentos que contienen sangre pueden producir un resultado positivo del test, sin que en realidad exista una hemorragia gastrointestinal.

Evitar consumir hierro, yodo.

Composición Dieta Thevenon

2000 Kcal

Proteínas 12-15%

Lípidos 30-35%

Carbohidratos 50-60%



Esquema de alimentación

Desayuno

1 taza de Avena hojuelas

1 taza de Leche fluida de vaca

1 unida de Pan con acompañamiento (Mantequilla, queso, Huevo)

Media mañana

250 cc Jugo colado de piña

Almuerzo

1 presa de carne blanca

200cc puré de color blanco

200 cc de Mazamorra de frutas de color claro

Comida

1 presa de carne blanca

200cc puré de color blanco

200 cc de Mazamorra de frutas de color claro

Aporte nutricional total

Tiempo de Comida	Energía	Proteína	Lípidos	Carbohidratos
Desayuno	478.3	14.1	14.8	73
Media mañana	76	0.8	0.4	19.6
Almuerzo	694.9	24.4	21.5	99.5
Comida	795.7	26.6	31.3	99.9
Total de aporte	2044.9	65.9	68	292

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente: Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla de Dosificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva. 2005



Menú Tipo

ALIMENTO	Cantidad Gr	Energ Kcal	Prot g	Grasa g	Carboh g
DESAYUNO					
Avena hojuelas	10	40.4	1.3	0.9	6.9
Azúcar rubia	8	30.4	0	0	7.9
Leche fluida de vaca	250	157.5	7.8	8.8	12
Azúcar rubia	8	30.4	0	0	7.9
Pan francés	60	174.6	5	0.1	38.3
Mantequilla	5	45		5	
SUBTOTAL	341	478.3	14.1	14.8	73
10:00 a.m.					
Jugo colado de piña	200	76	0.8	0.4	19.6
ALMUERZO					
Pollo al jugo					
Arroz pilado o pulido crudo	80	287.2	6.6	0.4	62.2
Pollo, pulpa pechuga	100	68	15.6	0.2	0
Aceite vegetal de soya	13	114.9	0	13	0
Ajos	1	1.3	0.1	0	0.3
Cebolla de cabeza (2)	15	7.4	0.2	0	1.7
Sal por todo almuerzo	2				
Puré de papa 100cc		0	0	0	0
Papa amarilla	80	82.4	1.6	0.3	18.6
Margarina Con sal	9	66.4	0	7.4	0
Leche fluida de vaca	5	3.2	0.2	0.2	0.2
Mazamorra de membrillo 100cc					
Maicena	7	24.6	0	0	6.1
Azúcar rubia	7	26.6	0	0	6.9
Membrillo	30	12.9	0.1	0	3.5
SUBTOTAL	349	694.9	24.4	21.5	99.5
COMIDA					
Pavita al horno					
Arroz pilado o pulido crudo	80	287.2	6.6	0.4	62.2
Pavita carne, pulpa pechuga	100	170	18.2	10.2	0
Cebolla de cabeza (2)	15	7.4	0.2	0	1.7
Aceite vegetal de soya	13	114.9	0	13	0
Sal por todo la comida	2	0	0	0	0
Puré papa c100cc					
Papa amarilla	80	82.4	1.6	0.3	18.6
Margarina con sal	9	66.4	0	7.4	0
mazamorra de manzana 100cc					
Maicena	7	24.6	0	0	6.1
Azúcar rubia	7	26.6	0	0	6.9
Manzana	30	16.2	0	0	4.4
SUBTOTAL	343	796.7	26.6	31.3	99.9
TOTAL	1233	2044.9	65.9	68	292

Fuentes:

- Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla de Dosificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva 2005
- Longo E, Navarro E. Técnica dietoterápica. Editorial el Ajenjo. Argentina 1998.



10.1.12. Dieta hiperproteica rica en hierro

La ingestión de proteínas en la dieta se debe aumentar cuando se requiere lograr un balance positivo de nitrógeno en pacientes hipercatabólicos. Se emplea hasta un 20 % de proteína del valor energético total. La relación energía nitrógeno debe ser suficiente (150 – 200 Kcal. /g de nitrógeno). Se debe vigilar la función renal y consumir mayor cantidad de agua. Los alimentos a considerar en este tipo de dieta son los alimentos con alto contenido de hierro Hem (de origen animal).

Mínimo proteico teórico: 0.8 gramos de proteínas / Kg. de peso corporal (ideal).

También, es importante recordar que la gestante, debe consumir durante la gestación 300 mg de sulfato ferroso.

Alcance: Pacientes gestantes con anemia severa; puérperas y adolescentes.

Alimentos permitidos

Carnes rojas, vísceras (hígado, sangrecita, bofe); pescado; menestras

Frutas: Cítricas, y en preparaciones en jugo

Verduras: todas

Todos los alimentos considerados en la dieta completa e hiperproteica.

Alimentos excluidos

Infusiones, te café, bebidas gaseosas y hierbas aromáticas

Jugos industrializados.

Composición de la Dieta hiperproteica rica en hierro

2200 Kcal

Proteínas 15-20%

Lípidos 30-40%

Carbohidratos 50-55%



Esquema de alimentación

Desayuno:

- 1 taza de Avena hojuelas cocidas con azúcar
- 1 taza de Leche fluida de vaca con azúcar
- 1 unidad pan francés
- 1 unidad huevo de gallina. Cocido
- 1 unidad de pan de contenido energético (mantequilla, manjar, mermelada)

Media mañana

- 250 cc de Jugo de Frutas

Almuerzo

- Preparaciones calientes ó Preparaciones frías
- Plato de fondo (con fuentes de hierro de origen animal)
- Postre: Frutas mazamorra o pudins

Media tarde

- 200cc de Leche Fluida

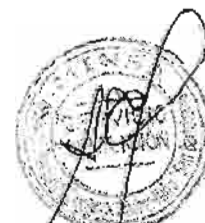
Comida

- Preparaciones frías
- Plato de fondo
- Postre: Compotas de frutas ó mazamorra ó pudins

Aporte nutricional total

Tiempo de Comida	Energía	Proteína	lípidos	Carbohidratos	Hierro mg
Desayuno	552.1	22.4	15.3	81.4	0.66
Media mañana	41.6	0.5	0.1	10.7	0.39
Almuerzo	836.17	28.9	19.9	135.13	8.616
Media tarde	145	6.2	7	14.5	0
Comida	751	31	18	154	8
Noche	94.5	4.7	5.3	7.2	0
Total de aporte	2421	94	66	403	18

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011
Fuente: Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla de Dosificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva. 2005



Menú Tipo

ALIMENTO	Cantidad gr	Energ Kcal	Prot g	Grasa g	Carboh g	Hierro mg
DESAYUNO						
Avena hojuelas	15	60.6	1.9	1.4	10.4	0
Azúcar rubia	10	38	0	0	9.8	0
Pan francés	60	174.6	5	0.1	38.3	0
huevo de gallina, cocido	60	83.4	7.7	5	1.1	0.66
Leche fluida de vaca	250	157.5	7.8	8.8	12	0
Azúcar rubia	10	38	0	0	9.8	0
SUB TOTAL		552.1	22.4	15.3	81.4	0.66
10:00 a.m.						
Papaya	130	41.6	0.5	0.1	10.7	0.39
ALMUERZO						
Sopa de menudencia						
Papa blanca	20	19.4	0.4	0	4.5	0.1
Apio	20	4.2	0.1	0	1	0.3
Poro (2)	20	8	0.5	0.2	1.5	0.14
Nabo (2)	20	3.2	0.1	0	0.7	0.02
Zapallo macre (2)	20	5.2	0.1	0	1.3	0.12
Fideos	20	72	1.9	0	15.6	0
Menudencia picada	50	0	0	0	0	0
Hígado encebollado						
Hígado de res,	90	153	16.4	9.2	0	4.86
Arroz pilado o pulido crudo	100	359	8.2	0.5	77.8	0
Ajos	1	1.3	0.1	0	0.3	0.02
cebolla	13	6.37	0	0	1.43	0.156
Tomate	40	7.6	0.4	0	1.6	0.1
Sillao de soya, con sal y melaza	1	0.5	0.1	0	0	0
Aceite vegetal de soya	10	88.4	0	10	0	0
Manzana Delicia	200	108	0.6	0	29.4	2.8
Sal para todo el almuerzo	3					
SUB TOTAL	628	836.17	28.9	19.9	135.13	8.616
03:00 p.m.						
Leche fluida de vaca	200	126	6.2	7	9.6	0
Azúcar rubia	5	19	0	0	4.9	0
SUB TOTAL		145	6.2	7	14.5	0
COMIDA						
Chanfainita						
Arroz pilado o pulido crudo	90	323	7.4	0.5	70	0
Bofe	110	85	19.3	0.3	0	7.15
papa	150	146	3.2	0.2	73.2	0.75
cebolla	13	6	0	0	1.43	0.156
Ají panca	0.83	0	0.0	0.0	0.1	0.04
ajos	1	1	0	0	0.3	0.02
Aceite vegetal de soya	17	150	0	17	0	0
Sal para toda la comida	2					0
Ensalada fresca						
Tomate (4)	17	3	0.1	0	0.7	0.1
Lechuga americana	20	2	0.1	0	0.5	0.02
Zanahoria (2)	20	8	0.1	0.1	1.8	0.1
Fresco. Choclo	20	26	0.7	0.2	5.6	0.16
Limón jugo de	1	0	0	0	0.1	0
SUB TOTAL	462	751	31	18	154	8
Leche fluida de vaca	150	94.5	4.7	5.3	7.2	0
TOTAL	1607	2421	94	66	403	18

Fuentes:

- Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla de Dosificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva 2005.
- Longo E, Navarro E. Técnica dietoterápica. Editorial el Ateneo. Argentina 1998.



10.1.13. Dieta seca

Puede ser acondicionada en una dieta blanda o una dieta completa de acuerdo a la aceptación del paciente siempre y cuando, sea con preparaciones secas.

Alcance: Gestantes con diagnóstico de Hiperémesis gravídica

Alimentos permitidos

Cereales: Galletas de agua, pan integral, fideos, arroz, quinuas

Tubérculos todos.

Carnes: la que la paciente tolere.

Frutas: todas de preferencia en preparaciones cocidas

Alimentos excluidos

Ricos en grasa, lácteos, líquidos, dulces, azúcares simples, gaseosas, jugos industrializados.

Composición de la Dieta seca:

1200 – 1500 Kcal

Proteínas: Menos 12 %

Lípidos: 25% a 30%

Carbohidratos: 50 a 60%

Esquema de alimentación

Desayuno

- 200cc Avena en mazamorra
- 1 pan integral

Media mañana

- 100 de mazamorra de chancaca, plátano, fruta

Almuerzo

- 150 cc Puré de verduras sin mantequilla
- 1 presa de pollo estofado con verduras
- 50 g de Arroz cocido
- 150 cc de mazamorra de piña

Comida:

- 150 cc Puré papa con verduras sin mantequilla
- 1 presa de pollo o pavita al horno
- 50 g de Arroz cocido
- 150 cc de mazamorra de membrillo



Aporte nutricional

Tiempo de Comida	Energía	Proteína	lípidos	Carbohidratos
Desayuno	206.1	5.0	1.9	42.8
Media mañana	64.1	0.1	0.0	16.5
Almuerzo	825.0	27.0	31.4	109.6
Comida	868.8	27.6	27.7	125.3
Total de aporte	1190.2	32.7	29.6	200.3

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente: Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla de Dotificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva. 2005



Menú tipo

ALIMENTO	Cantidad Gr	Energ Kcal	Prot g	Grasa g	Carboh g
DESAYUNO					
Avena hojuelas	20.0	80.8	2.5	1.9	13.8
Azúcar rubia	10.0	38.0	0.0	0.0	9.8
Pan francés 1 unidades	30.0	87.3	2.5	0.1	19.2
SUB TOTAL		206.1	5.0	1.9	42.8
10:00 a.m.					
Mazamorra de membrillo 100cc					
Maicena	7.0	24.6	0.0	0.0	6.1
Azúcar rubia	7.0	26.6	0.0	0.0	6.9
Membrillo	30.0	12.9	0.1	0.0	3.5
SUB TOTAL		64.1	0.1	0.0	16.5
AMUERZO					
Estofado de pollo					
Arroz pilado o pulido crudo	80.0	287.2	6.6	0.4	62.2
Pollo Carne, pulpa	100.0	170.0	18.2	10.2	0.0
Cebolla de cabeza (2)	15.0	7.4	0.2	0.0	1.7
Aceite vegetal de soya	13.0	114.9	0.0	13.0	0.0
Tomate (4)	10.0	1.9	0.1	0.0	0.4
Orégano	1.0	0.5	0.0	0.0	0.1
Sal por todo la comida	2.0	0.0	0.0	0.0	0.0
Puré papa c/ espinaca 100cc					
Papa amarilla	80.0	82.4	1.6	0.3	18.6
Margarina con sal	9.0	66.4	0.0	7.4	0.0
Espinaca negra	10.0	3.2	0.3	0.1	0.5
mazamorra de manzana 150cc					
Maicena	10.5	26.9	0.0	0.0	9.1
Azúcar rubia	10.5	39.9	0.0	0.0	10.4
Manzana	45.0	24.3	0.0	0.0	6.6
SUB TOTAL		825.0	27.0	31.4	109.6
COMIDA					
Pollo al horno					
Pollo Carne, pulpa	90.0	153.0	16.4	9.2	0.0
Arroz Pilado o pulido crudo	100.0	359.0	8.2	0.5	77.8
Ajos	1.0	1.3	0.1	0.0	0.3
Sillao De soya, con sal y melaza	1.0	0.5	0.1	0.0	0.0
Acsite vegetal de soya	10.0	88.4	0.0	10.0	0.0
Sal para toda la comida	2.0				
Puré papa c/ espinaca 150cc					
Papa amarilla	120.0	123.4	2.4	0.5	27.9
Margarina con sal	9.0	66.4	0.0	7.4	0.0
Espinaca negra	10.0	3.2	0.3	0.1	0.5
Mazamorra de manzana 150cc					
Azúcar rubia	8.0	30.4	0.0	0.0	7.9
Manzana	15.0	8.1	0.0	0.0	2.2
Maicena	10.0	35.1	0.1	0.0	8.7
SUB TOTAL		888.8	27.6	27.7	125.3
TOTAL	1780.0	1190.2	32.7	29.6	200.3

Fuentes:

- Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla de Densificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva 2005
- Longo E, Navarro E. Técnica dietoterápica. Editorial el Ateneo. Argentina 1998



10.1.14. Dieta por Sonda

En general, esta modalidad de alimentación se prescribe siempre que las condiciones del paciente, contraindiquen la ingestión por vía oral de alimentos. Generalmente se administra por sonda la que puede llegar a:

- Sonda naso gástrica
- Sonda Nasoyeyunal
- Sonda de gastrostomía

Las características de este tipo de alimentación depende de la naturaleza de la alimentación:

- Fórmulas Artesanales
- Fórmulas Enterales

A. Dieta artesanales

Son preparadas mediante alimentos caseros con los que no se puede administrar un densidad calórica adecuada por sonda debido a que esta oscila entre 0.5 a 0.6 Kcal/cc. y es directamente proporcional a la consistencia, las que son líquidas y algunas veces dependiendo los alimentos convencionales que podamos utilizar, son incompletas.

Se administran en forma fraccionada a temperatura ambiente, puede ser en cuatro tomas o según tolerancia del paciente.

Alcance.

Para pacientes con dificultad de deglución y pacientes con Parálisis cerebral infantil, y con compromiso de aparato digestivo, estenosis esofágica, fistulas entero cutáneas; resección intestinal etc.

Alimentos permitidos

Fuentes de Hidratos de carbono: Sacarosa, harinas dextrinomalteadas, oligosacaridos, gelatina, avena colada, quinua, harina de maíz, sémola.

Fuentes de proteínas: carnes, pescados, homogenizados (licuados); leche descremada, claras y yema de huevo.

Fuentes de lípidos aceite de oliva, aceite de sacha inchi, aceite de girasol.

Vitaminas y elementos químicos esenciales: zumo de jugo de naranja (colado)

Verduras: zapallo, zanahoria, apio, poro, nabo cosidas y licuadas y coladas

Tubérculos: papa, papa amarilla licuada y colada

Las carnes, pescado, purés de papas o de verduras, no son muy apropiados, ya que, su textura facilita la obstrucción de las sondas de alimentación; sin embargo, se utilizan coladas o de lo contrario, para sondas de gastrostomía, de luz más amplia.

La forma de administración es por émbolos para cada toma.

Alimentos excluidos

Alimentos sólidos: vísceras: hígado

Alimentos que al cocinar dan una textura viscosa: féculas, maicena, chuño, harina de camote,

Alimentos con contenido de fibra insoluble: caigua, vainitas etc.



Composición de la Dieta artesanal

Energía: Se adecua de acuerdo al requerimiento del paciente según patología

Carbohidratos: 50%

Lípidos: 30 al 35%

Proteínas: 12 al 15%

Esquema de alimentación

Desayuno

500 de leche entera

Media mañana 10.AM

Jugo frutas (piña, melón, naranja, etc) colado

Almuerzo

Licuada estándar 500 cc sin presa o con presa

Comida: 5:00 P.M.

Licuada estándar 500 cc sin presa o con presa

Noche

500 de Leche entera

Aporte nutricional total

Este aporte depende del cada paciente y su patología; sin embargo, partimos del aporte que nos da el licuado estándar que se acondiciona, según el requerimiento del paciente; su aporte es el que se indica a continuación

Licuada	Energía	Proteína	Carbohidratos	Lípidos
Contenido en 100 cc de Licuada	32.61	0.82	7.04	0.13

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011
Fuente: Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla de Distribución de Alimentos para servicios de alimentación colectiva. 2005

Aporte nutricional total

Tiempo de Comida	Energía	Proteína	Carbohidratos	Lípidos
Desayuno	357.5	16	38.5	15.5
Media mañana	177.17	2	40.83	0.65
Almuerzo	213.05	9.45	35.2	1.05
Comida	213.05	9.45	35.2	1.05
Noche	357.5	16	38.5	15.5
Total de aporte	1268.3	52.9	188.2	33.8

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011
Fuente: Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla de Distribución de Alimentos para servicios de alimentación colectiva. 2005



Menú Tipo

DIETA LICUADA O ARTESANAL SIN PRESA	CANT	Energía	PROT	CHO	LIP
DESYUNO					
LECHE ENTERA	500		16.0	26.5	15.5
AZÚCAR AL 5%	12		0.0	12.0	0.0
SUB TOTAL		357.5	16.0	38.5	15.5
MEDIA MAÑANA 10.AM					
JUGO FRUTAS (PIÑA, MELON, NARANJA,ETC) COLADO	500		2.0	40.8	0.7
AZÚCAR AL 5%			0	0	0.00
SUB TOTAL		177.17	2.0	40.8	0.7
ALMUERZO					
LICUADO ESTÁNDAR 300 CC SIN PRESA	500		4.1	35.2	0.65
SUB TOTAL		163.05	4.1	35.2	0.7
COMIDA 5:00 P.M.					
LICUADO ESTÁNDAR 300 CC SIN PRESA	500		4.1	35.2	0.65
SUB TOTAL		163.05	4.1	35.2	0.7
NOCHE					
LECHE ENTERA	500		16.0	26.5	15.5
AZÚCAR AL 5%	12		0.0	12.0	0.0
SUB TOTAL		357.5	16.0	38.5	15.5
TOTAL DE MACRONUTRIENTES			42.2	188.2	33.0
KILOCALORÍAS / MACRO			168.8	752.9	296.6
TOTAL DE ENERGÍA				1218.3	
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO			13.9	61.8	24.3

Fuentes:

- Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla de Dosificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva. 2005
- Longo E, Navarro E. Técnica dietoterápica. Editorial el Ateneo, Argentina 1998.

DIETA LICUADA O ARTESANAL CON PRESA	CANT	Energía	PROT	CHO	LIP
DESYUNO					
LECHE ENTERA	500		16.0	26.5	15.5
AZÚCAR AL 5%	12		0.0	12.0	0.0
SUB TOTAL		357.5	16.0	38.5	15.5
MEDIA MAÑANA 10.AM					
JUGO FRUTAS (PIÑA, MELON, NARANJA,ETC) COLADO	500		2.0	40.8	0.7
AZÚCAR AL 5%			0	0	0.00
SUB TOTAL		177.17	2.0	40.8	0.7
ALMUERZO					
LICUADO ESTÁNDAR 300 CC	500		4.1	35.2	0.65
POLLO PULPA	50	50	10.7	0.0	0.8
SUB TOTAL		263.05	14.8	35.2	1.5
COMIDA 5:00 P.M.					
LICUADO ESTÁNDAR 300 CC SIN PRESA	500		4.1	35.2	0.65
POLLO PULPA	50	50	10.7	0.0	0.8
SUB TOTAL		263.05	14.8	35.2	1.5
NOCHE					
LECHE ENTERA	500		16.0	26.5	15.5
AZÚCAR AL 5%	12		0.0	12.0	0.0
SUB TOTAL		357.5	16.0	38.5	15.5
TOTAL DE MACRONUTRIENTES			63.6	188.2	34.6
KILOCALORÍAS / MACRO			254.4	752.9	311.0
TOTAL DE ENERGÍA				1318.3	
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO			19.3	57.1	23.6

Fuentes:

- Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla de Dosificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva. 2005
- Longo E, Navarro E. Técnica dietoterápica. Editorial el Ateneo, Argentina 1998



B. Dietas enterales

Consiste en la administración por vía digestiva, de alimentos especiales, llamados dietas enterales; se emplea en aquellos pacientes que conservan el peristaltismo intestinal pero que no son capaces de ingerir los alimentos por vía oral; los alimentos son administrados por una sonda de alimentación.

La forma de alimentación puede ser por émbolos, cada cierto tiempo; por goteo continuo mediante una bomba de infusión, en la que se maneja de 25 cc a 120 cc por minuto en 20 horas; con reposo gástrico de cuatro horas.

Alimentos permitidos

Son productos farmacéuticos para uso enteral; pueden ser en forma de polvo o en forma líquida. La mayoría de ellos presenta una concentración de hidratos de carbono, proteínas y lípidos, de acuerdo con la alimentación equilibrada.

Fórmulas Polimérica pediátricas: Son las que contienen todos los macronutrientes

Poliméricas isoméricas:

Poliméricas de baja osmolaridad

Fórmulas monoméricas: Módulos calóricos (malto dextrinas) y Módulos proteicos (caseinato de calcio, proteína aislada del suero de leche; Proteína aislada de soya)

Fórmulas con proteína parcialmente hidrolizada

Fórmulas con proteína hidrolizada.

Alcance:

Para pacientes adultas mujeres, con dificultad de deglución y, pacientes con Parálisis cerebral infantil, y con compromiso de aparato digestivo, estenosis esofágica, fístulas entero cutáneas; resección intestinal, que presentan el estado nutricional en desmedro etc.

Alimentos excluidos

Todos los alimentos convencionales.

Composición de la Fórmula enteral

Energía: Se adecua de acuerdo al requerimiento del paciente según patología

Carbohidratos: 50%

Lípidos: 30 al 35%

Proteínas: 12 al 15%

Esquema de Alimentación (cuando se administra por émbolos)

En pacientes pediátricos depende de cada cuantas horas se le va a administrar:

<i>Frecuencia</i>	<i>Número de Tomas</i>	<i>Horario</i>
<i>Cada 4 horas</i>	6	6 ^a .m., 12p.m., 6p.m., 12p.m.
<i>Cada 6 horas</i>	4	8 a.m., 12p.m., 4p.m., 8p.m.

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011



Aporte nutricional total

Fórmula	Dilución	Energía	Proteínas	Lípidos	Carbohidratos
Enteral	Recomendada				
Ensure	21%	437	16.0	14.00	59.80
Ensure- líquido	230 ml	230	8.5	7.5	31.2
Osmolite	1000 ml	100	4	3.4	13.56
Osmolite NH	1000 ml	106	3.71	3.47	15.11
Glucerna SR polvo	22%	424	21.15	15.38	55.90
Glucerna líquido	237	220.41	11	8	29
Díason	500	100	4.3	4.2	11.3
Módulo Calórico	5%	380			94
Módulo proteico		380	92	1.2	0.3

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Menú Tipo: 100cc /horas pasar en 20 hrs.

Nutrición Enteral Total	CANT	Energía	PROT	LIP	CHO
DESYUNO					
Osmolite	2000	2000	80	68	271.2
SUB TOTAL MEDIANA	500	2000	80	68	271.2

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Menú Tipo

Nutrición Enteral + Nutrición Artesanal por sonda	CANT	Energía	PROT	CHO	LIP
DESYUNO					
Ensure al 11.6% en 500 cc	58	58	9.28	34.684	8.12
SUB TOTAL MEDIANA	500	58	9.28	34.684	8.12
MEDIA MAÑANA 10.AM					
JUGO DE FRUTAS LIC. SIN PRESA	500	177.17	2.0	40.8	0.7
SUB TOTAL	500	177.17	2	40.83	0.65
ALMUERZO					
LICUADO ESTANDAR 500 CC CON PRESA	500	263.05	14.8	35.2	1.5
SUB TOTAL		263.05	14.8	35.2	1.45
COMIDA 5:00 P.M.					
LICUADO ESTANDAR 500 CC CON PRESA	500	263.05	14.8	35.2	1.5
SUB TOTAL		263.05	14.8	35.2	1.45
NOCHE					
Ensure al 11.6% en 500 cc	58	58	9.28	34.684	8.12
SUB TOTAL		58	9.28	34.684	8.12
TOTAL DE MACRONUTRIENTES			50.2	180.6	19.8
KILOCALORÍAS / MACRO			200.6	722.4	178.1
TOTAL DE ENERGÍA			1101.1		
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO			18.2	65.6	16.2

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente: Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla de Dosificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva. 2005



10.2. Tratamiento Dieto terapéutico de niños

El tratamiento dieto terapéutico en niños es el conjunto de dietas que se administran a los pacientes pediátricos, de las diferentes Áreas como: Medicina pediátrica; Cirugía pediátrica según patología.

10.2.1. Dieta líquida

Está compuesta por alimentos de naturaleza líquida, de modo que, puedan ser bebidos e ingeridos; los alimentos fundamentalmente utilizados son los siguientes: Agua, caldos (de carne o vegetales); zumo de frutas, infusiones, leche, preparados comerciales líquidos de nutrición entera.

A. Dieta líquida restringida:

Es una dieta de tolerancia, proporciona una fuente de líquidos de fácil digestión deja una mínima cantidad de residuo, la que reduce al mínimo la estimulación gastro intestinal.

Características

Volumen total: 500 cc a 800cc

Volumen/toma: 30cc a 100cc

Frecuencia: 08 tomas

Alcance:

Se indica para pacientes pediátricos, en preoperatorio, postoperatorio, con problemas graves en la función gastrointestinal; con intolerancia a los alimentos, o síndrome emético.

Composición de la dieta

La mayoría se inicia con un aporte de 200 Kcal y se evoluciona a más tardar a dieta líquida amplia.

Volumen total: 500 cc a 800cc

Volumen/toma: 30cc a 100cc

Frecuencia: 08 tomas

Esquema de alimentación

Desayuno

- 1 taza de Infusión

Media mañana

- 1 taza de Infusión

Almuerzo

- 1 taza de Infusión

Comida

- 1 taza de Infusión



Aporte nutricional total

Tiempo de Comida	Energía	Proteína	lípidos	Carbohidratos
Desayuno	49	0	0	12.7
Media mañana	49	0	0	12.7
Almuerzo	49	0	0	12.7
Comida	49	0	0	12.7
Total de aporte	196	0	0	50.8

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tablas Peruanas de composición de alimentos, Lima 2009

Menú Tipo

ALIMENTO	Cantidad gr	Energ Kcal	Prot g	Grasa g	Carboh g
DESAYUNO					
Anís-manzanilla, filtrante	1	0	0	0	0
Azúcar rubia, granulada	13	49	0	0	12.7
SUBTOTAL		49	0	0	12.7
10:00 a.m.					
Anís-manzanilla, filtrante	1	0	0	0	0
Azúcar rubia, granulada	13	49	0	0	12.7
SUBTOTAL		49	0	0	12.7
ALMUERZO					
Anís-manzanilla, filtrante	1	0	0	0	0
Azúcar rubia, granulada	13	49	0	0	12.7
SUBTOTAL		49	0	0	12.7
COMIDA					
Anís-manzanilla, filtrante	1	0	0	0	0
Azúcar rubia, granulada	13	49	0	0	12.7
SUBTOTAL		49	0	0	12.7
TOTAL		196	0	0	50.8

Fuentes:

- Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla Peruanas de composición de alimentos. Lima 2009



B. Dieta líquida amplia:

Esta dieta aporta alimentos líquidos a temperatura ambiente. Según El estado clínico del paciente pediátrico puede variar el tipo de alimento.

Alcance:

Se indica para pacientes pediátricos, en preoperatorio, postoperatorio, con problemas graves en la función gastrointestinal; con intolerancia a los alimentos, o síndrome emético que toleraron la líquida restringida.

Alimentos permitidos:

Infusiones, té, café, anís, manzanilla, boldo, tilo, caldos desgrasados, jugo de frutas, leche y bebidas minerales, avena colada.

Alimentos excluidos:

Todos los alimentos sólidos
Todos los condimentos
Todos las bebidas alcohólicas
Todas las grasas.

Esquema alimentario

Desayuno

- 250cc de Infusión o leche o avena
- 1 50 cc de Gelatina

Media mañana

- 150 cc de gelatina cuajada

Almuerzo

- 200 cc de Caldo de verduras colado
- 150 cc de gelatina líquida ó cuajada

Media tarde

- 250cc de infusión, o avena o leche

Comida

- 200 cc de Caldo de verduras colado
- 150 cc de gelatina líquida ó cuajada

Noche

- 250cc de infusión, o avena o leche



Aporte nutricional

Tiempo de Comida	Energía	Proteína	CHO	Lípidos
Desayuno	137.78	4.86	28.64	0.42
Media mañana	128.8	3.6	28.6	0.0
Almuerzo	151.44	5.93	28.644	1.46
Media tarde	82	1.2	18.4	0.4
Comida	151.44	5.93	28.644	1.46
Noche	82	1.233	18.417	0.423
Total de aporte	810.3	22.8	160.1	4.2

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tablas Peruanas de composición de alimentos, Lima 2009



Menú Tipo

LIQUIDA AMPLIA CON INFUSIÓN	CANTIDAD	PROTEINA	CHO	LIP
Desayuno: Infusión		0	0	0.00
AZÚCAR AL 5%	12	0	12	0.00
gelatina 150cc	33	3.63	28.644	0.00
Subtotal		3.6	40.6	0.0
10:00 a.m.: Gelatina 150cc	33	3.63	28.644	0.00
ALMUERZO				
Gelatina 150cc	33	3.63	28.644	0.00
caldo de verduras con	200	2.3	0	1.46
Subtotal		5.9	28.6	1.5
media tarde Infusión		0	0	0.00
AZUCAR AL 5%	12	0	12	0.00
COMIDA				
Gelatina 150cc	33	3.63	28.644	0.00
Caldo de verduras con	200	2.3	0	1.46
SUB TOTAL		5.9	28.6	1.5
NOCHE- INFUSIÓN				
AZÚCAR AL 5%	12	0	12	0.00
TOTAL MACRONUTRIENTES		19.12	150.58	2.92
KILOCALORÍAS / MACRO		76.5	602.3	26.3
TOTAL DE ENERGÍA			705.06	
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO		10.8	85.4	3.7

LÍQUIDA AMPLIA CON LECHE	CANTIDAD	PROTEINA	CHO	LIP
DESAYUNO				
LECHE ENTERA AL TERCIO	240	7.68	12.72	7.44
AZUCAR AL 5%	12	0	12	0.00
SUB TOTAL		7.68	24.72	7.44
MEDIA MAÑANA				
Gelatina 150cc	33	3.63	28.644	0.00
ALMUERZO				
Gelatina 150cc x 3 tomas	33	3.63	28.644	0.00
Caldo de verduras con	200	2.3	0	1.46
SUB TOTAL		5.93	28.644	1.46
MEDIA TARDE				
LECHE ENTERA AL TERCIO	240	7.68	12.72	7.44
AZUCAR AL 5%	12	0	12	0.00
SUB TOTAL		7.68	24.72	7.44
COMIDA				
gelatina 150cc x 3 tomas	33	3.63	28.644	0.00
caldo de verduras con	200	2.3	0	1.46
SUB TOTAL		5.9	28.6	1.5
NOCHE				
LECHE ENTERA AL TERCIO	240	7.68	12.72	7.44
AZUCAR AL 5%	12	0	12	0.00
		7.7	24.7	7.4
TOTAL MACRONUTRIENTES		38.53	160.09	25.24
KILOCALORIAS / MACRO		154.1	640.4	227.2
TOTAL DE ENERGIA			1021.65	
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO		15.1	62.7	22.2

Fuentes:

- Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla. Perfiles de composición de alimentos, Lima 2009



LÍQUIDA AMPLIA CON AVENA COLADA	CANTIDAD	PROTEINA	CHO	LIP
DESAYUNO				
AVENA 250	9	1.233	6.417	0.42
AZÚCAR AL 5%	12.5	0	12.5	0.00
gelatina 150cc	33	3.63	28.644	0.00
SUB TOTAL		4.863	47.561	0.423
MEDIA MAÑANA				
Gelatina 150cc	33	3.63	28.644	0.00
ALMUERZO				
caldo de verduras con	200	2.3	0	1.46
gelatina 150cc	33	3.63	28.644	0.00
SUBTOTAL		5.93	28.644	1.46
MEDIATARDE				
AVENA 250	9	1.233	6.417	0.42
AZÚCAR AL 5%	12	0	12	0.00
SUB TOTAL		1.233	18.417	0.423
COMIDA				
gelatina 150cc	33	3.63	28.644	0.00
caldo de verduras con	200	2.3	0	1.46
SUB TOTAL		5.93	28.644	1.46
NOCHE				
AVENA 250	9	1.233	6.417	0.42
AZÚCAR AL 5%	12	0	12	0.00
SUB TOTAL		1.233	18.417	0.423
TOTAL MACRONUTRIENTES		22.82	170.33	4.19
KILOCALORÍAS / MACRO		91.3	681.3	37.7
TOTAL DE ENERGÍA		810.29		
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO		11.3	84.1	4.7

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente: Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tablas Peruanas de composición de alimentos, Lima 2009



10.2.2. Alimentación complementaria I

Es el tipo de dieta adicional a la leche materna, estas preparaciones deben complementarla.

De consistencia aplastado.

Alcance:

Se indica para pacientes a pediátricos, que se encuentran en el rango de edad entre los 6 a 8 meses, quienes tienen íntegro el funcionamiento del tracto gastrointestinal y la vía oral.

Alimentos permitidos

Cereales: arroz, harina de quinua, chuño, maisena, sémola

Tubérculos: papa amarilla, olluco, camote.

Carnes: pollo, res molida, hígado de pollo, sangrecita, yema de huevo.

Frutas: membrillo, plátano isla, durazno, manzana, granadillas

Grasas: mantequilla, aceite de sacha Inchi

Condimentos aromáticos naturales: orégano, canela y clavo

Verduras: zapallo macre, zanahoria, espinaca, acelga, zapallito italiano

Alimentos excluidos:

Frutas cítricas, pescado, maní, etc.

Esquema alimentario

Media mañana

- 100 cc de mazmorra de frutas

Almuerzo

- 1 cuchara de carne molida
- 100 cc de puré de tubérculos o cereales sin leche
- 100 cc de mazamorra de frutas

Comida

- 1 cuchara de carne molida
- 100 cc de puré de tubérculos o cereales sin leche
- 100 cc de mazamorra de frutas



Aporte nutricional total

Tiempo de Comida	Energía	Proteína	CHO	Lípidos
Media mañana	98.79	0.2	24.3	0.1
Almuerzo	362.5	3.3	54.0	10.6
Comida	362.5	3.3	54.0	10.6
Total de aporte	748.2	6.9	132.3	21.3

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tablas Peruanas de composición de alimentos, Lima 2009

Menú Tipo

ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA I	CANT	PROT	CHO	LIP
COMPLEMENTARIA 10.AM				
MAZAMORRA DE FRUTAS (100CC X 3 TOMAS)	100	0.2	24.3	0.1
ALMUERZO				
RES 1 PRESA A-COMIDA 1CUCHARA POR COMIDA	6	1.278	0	0.096
ACEITE PARA ADEREZOS	5	0	0	5
PURÉ DE VERDURAS SIN LECHE	100	1.9	29.7	5.4
MAZAMORRA DE FRUTAS 100CC	100	0.19	24.28	0.10
SUB TOTAL		3.3	54.0	10.6
COMIDA				
RES 1 PRESA A-COMIDA 1CUCHARA POR COMIDA	6	1.278	0	0.096
ACEITE PARA ADEREZOS	5	0	0	5
PURÉ DE VERDURAS SIN LECHE	100	1.9	29.7	5.4
MAZAMORRA DE FRUTAS (100CC X 3 TOMAS)	100	0.19	24.28	0.10
SUB TOTAL		3.3	54.0	10.6
TOTAL DE MACRONUTRIENTES		6.9	132.3	21.3
KILOCALORÍAS / MACRO		27.504	529.2	191.448
TOTAL DE ENERGÍA		748.2		
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO		3.7	70.7	25.6

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tablas Peruanas de composición de alimentos Lima 2009



10.2.3. Alimentación complementaria II

Es el tipo de dieta adicional a la leche materna, estas preparaciones deben complementarla.

Alcance:

Se indica para pacientes a pediátricos, que se encuentran en el rango de edad, entre los 9 y 12 meses, quienes tienen íntegro el funcionamiento del tracto gastrointestinal y la vía oral.

Alimentos permitidos

Cereales: arroz, quinoa, chuño, maicena, sémola, trigo, fideos, avena, maíz.

Tubérculos: papa amarilla, olluco, camote.

Menestras: Lentejas, Arvejas partida.

Carnes: pollo, res molida, hígado de pollo, sangrecita, huevo entero; pescado

Frutas: membrillo, plátano isla, durazno, manzana, granadillas, naranja papaya, la naranja, aguaje, camú camú, maracuyá, pasas, guindones, higos

Grasas: mantequilla, aceite de Sacha Inchi

Condimentos aromáticos naturales: orégano, canela y clavo, paprika.

Verduras: zapallo macre, zanahoria, espinaca, acelga, zapallito italiano, caigua, vainitas, arvejas, cebolla, pimienta.

Consistencia: machucado o triturado

Alimentos excluidos:

Maní, productos industrializados etc.

Esquema alimentario

Media mañana

- 150 cc de mazamorra de frutas

Almuerzo

- 150 cc de puré de tubérculos o cereales sin leche
- 50 gramos de cereales (arroz)
- 2 cucharada de carne molida
- 150 cc de mazamorra de frutas

Comida

- 150 cc de puré de tubérculos o cereales sin leche
- 50 gramos de cereales (arroz)
- 2 cucharada de carne molida
- 150 cc de mazamorra de frutas



Aporte nutricional

Tiempo de Comida	Energía	Proteína	CHO	Lípidos
Media mañana	148.6	0.3	36.4	0.2
Almuerzo	540.8	6.9	92.3	16.0
Comida	540.8	6.9	92.3	16.0
Total de aporte	1228.7	14.0	221.0	32.1

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tablas Peruanas de composición de alimentos, Lima 2009

Menú Tipo

ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA I	CANT	PROT	CHO	LIP
MEDIA MAÑANA				
MAZAMORRA DE FRUTAS (100CC X 3 TOMAS)	150	0.3	36.4	0.2
ALMUERZO				
RES 1 PRESA A-COMIDA 2CUCHARA POR COMIDA	12	2.556	0	0.192
ACEITE PARA ADEREZOS	7.5	0	0	7.5
PURÉ DE VERDURAS SIN LECHE	150	2.8	44.6	8.1
ARROZ COCIDO	50	1.2	11.3	0.1
MAZAMORRA DE FRUTAS	150	0.29	36.42	0.15
SUB TOTAL		6.9	92.3	16.0
COMIDA				
RES 1 PRESA A-COMIDA 1CUCHARA POR COMIDA	12	2.556	0	0.192
ACEITE PARA ADEREZOS	7.5	0	0	7.5
PURÉ DE VERDURAS SIN LECHE	150	2.8	44.6	8.1
ARROZ COCIDO	50	1.2	11.3	0.1
MAZAMORRA DE FRUTAS	150	0.29	36.42	0.15
SUB TOTAL		6.9	92.3	16.0
TOTAL DE MACRONUTRIENTES		14.0	221.0	32.1
KILOCALORÍAS / MACRO		55.968	883.8	288.936
TOTAL DE ENERGÍA		1228.7		

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tablas Peruanas de composición de alimentos, Lima 2009



10.2.4. Alimentación complementaria III

Es el tipo de dieta adicional a la leche materna, estas preparaciones deben complementarla.

Alcance:

Se indica pacientes a pediátricos, que se encuentran en el rango de edad entre los 12 y 24 meses, quienes tienen íntegro el funcionamiento del tracto gastrointestinal y la vía oral.

Alimentos permitidos

Todos los enumerados en la alimentación complementaria I y alimentación complementaria II; además de los que se utilizan para preparaciones de la dieta blanda, pero en consistencia picada.

Esquema alimentario

Desayuno:

01 pan solo el que complementa a su leche materna de lo contrario se le da fórmula de crecimiento o 240 cc leche fluida.

Media mañana

- 200 cc de mazamorra de frutas

Almuerzo

- 200 cc de puré de tubérculos o cereales con leche o guisados
- 100 gramos de cereales cocido (arroz)
- 2 cucharada de carne molida o picada
- 150 cc de mazamorra de frutas

Comida

- 200 cc de puré de tubérculos o cereales con leche o guisados
- 100 gramos de cereales (arroz)
- 2 cucharada de carne molida
- 150 cc de mazamorra de frutas



Aporte nutricional

Tiempo de Comida	Energía	Proteína	CHO	Lípidos
Desayuno	204.36	2.52	18.87	0.06
Media mañana	197.56	0.38	48.56	0.20
Almuerzo	776	10.94	124.92	25.84
Comida	776	10.94	124.92	25.84
Total de aporte	1835.7	24.78	317.27	51.94

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tablas Peruanas de composición de alimentos, Lima 2009

Menú Tipo

ALIMENTACION COMPLEMENTARIA III	CANT	PROT	CHO	LIP
DESYUNO				
1 UNID PAN	30.0	2.5	18.9	0.1
MEDIA MAÑANA				
MAZAMORRA DE FRUTAS 200 cc	200.0	0.4	48.6	0.2
ALMUERZO				
PRESA 2 CUCHARAS POR COMIDA	12.0	2.6	0.0	0.2
ACEITE PARA ADEREZOS	10.0	0.0	0.0	10.0
PURE CON LECHE	200.0	5.7	66.0	15.4
ARROZ COCIDO	100.0	2.4	22.5	0.1
MAZAMORRA DE FRUTAS 150 cc	150.0	0.3	36.4	0.2
SUB TOTAL		10.9	124.9	25.8
COMIDA				
PRESA 2 CUCHARAS POR COMIDA	12.0	2.6	0.0	0.2
ACEITE PARA ADEREZOS	10.0	0.0	0.0	10.0
PURE CON LECHE	200.0	5.7	66.0	15.4
ARROZ COCIDO	100.0	2.4	22.5	0.1
MAZAMORRA DE FRUTAS 150 cc	150.0	0.3	36.4	0.2
SUB TOTAL		10.9	124.9	25.8
TOTAL DE MACRONUTRIENTES		24.8	317.3	51.9
KILOCALORÍAS / MACRO		99.1	1269.1	467.5
TOTAL DE ENERGÍA		1835.7		
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO		5.4	69.1	25.5

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tablas Peruanas de composición de alimentos, Lima 2009



10.2.5. Dieta blanda

Este régimen es el que constituye la transición de la dieta líquida a la dieta normal, en ella se brinda preparaciones de fácil digestión, sin condimentos, libre de fibras alimentarias, con muy poca grasa o aceites, especias o condimentos. Además limita o elimina el café, bebidas que contengan cafeína, bebidas con alcohol. A menudo es modificada para adaptarla a determinadas condiciones patológicas.

En la dieta blanda los alimentos deben estar preparados a la plancha, hervidos, estofados, asados o al horno con la mínima cantidad de grasa o aceite.

Se debe individualizar según el diagnóstico clínico, la intervención quirúrgica, el apetito del paciente, su tolerancia del alimento, el estado nutricional previo y su capacidad de masticación y deglución.

Alcance:

Se indica para pacientes pediátricos, que no toleran la dieta completa, con problemas gastrointestinales leves; pacientes post operados, convalecientes.

Alimentos permitidos

Leche, derivados lácteos (queso fresco); Huevos pasados, duros o batidos;

Carne, pescado, aves (pollo), molidos; Pan, galletas, arroz, harinas, féculas.

Papas sancochadas, asada, al horno, puré; Vegetales cocidos, colados, tamizados; Postres: mazamorras, pudines; Azúcar y mantequilla.

Alimentos excluidos

Frutas y vegetales crudos, pan integral, alimentos sazonados y de sabor marcado, menestras, huevo frito y frituras.



Esquema alimentario (Dieta blanda)

Desayuno

1 taza de leche

1 pan con acompañamiento (mantequilla, mermelada, queso fresco, huevo)

Media mañana

200cc de mazamorra

Almuerzo

- 1 porción de carne
- 150g de puré sin leche
- 1 porción de arroz
- 200cc de mazamorra de frutas o de leche

Media tarde:

- 1 taza de leche

Comida:

- 1 porción de carne
- 150g de puré sin leche
- 1 porción de arroz
- 200cc de mazamorra de frutas o de leche

Noche

- 1 taza de leche

Aporte nutricional

Tiempo de Comida	Energía	Proteína	CHO	Lípidos
Desayuno	308.49	11.17	42.25	10.535
Media mañana	197.8	0.4	48.6	0.2
Almuerzo	757.5	17.7	120.6	22.7
Media tarde	196.2	6.4	22.6	6.2
Comida	757.5	17.7	120.6	22.7
Noche	196.2	6.4	22.6	6.2
Total de aporte	2363.5	46.0	333.3	53.0

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente: Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tablas Peruanas de composición de alimentos, Lima 2009



Menú Tipo

BLANDA	CANT	PROT	CHO	LIP
DESYUNO				
LECHE ENTERA FLUIDA	200	6.4	10.6	6.2
AZÚCAR AL 5%	12	0.0	12.0	0.0
1 UNID PAN	30	2.5	18.9	0.1
ACOMPANAMIENTO (QUESO, MERMELADA, MANTEQUEILLA, HUEVO)	30	2.3	0.8	4.3
SUB TOTAL		11.17	42.25	10.535
MEDIA MAÑANA 10.AM				
MAZAMORRA DE FRUTAS	200	0.4	48.6	0.2
ALMUERZO				
RES 1 PRESA	50	10.7	0.0	0.8
ACEITE PARA ADEREZOS	10	0.0	0.0	10.0
PURE CON LECHE SIN PRESA	150	4.3	49.5	11.6
ARROZ COCIDO	100	2.4	22.5	0.1
MAZAMORRA DE FRUTAS 200 cc	200	0.4	48.6	0.2
SUB TOTAL		17.7	120.6	22.7
MEDIA TARDE: 3:00 P.M.				
LECHE ENTERA FLUIDA	200	6.4	10.6	6.20
AZÚCAR AL 5%	12	0	12	0.00
SUB TOTAL		6.4	22.6	6.2
COMIDA				
RES 1 PRESA	50	10.65	0	0.8
ACEITE PARA ADEREZOS	10	0	0	10
PURE CON LECHE SIN PRESA	150	4.3	49.5	11.6
ARROZ COCIDO	100	2.4	22.5	0.1
MAZAMORRA DE FRUTAS 200 cc	200	0.38	48.56	0.20
SUB TOTAL		17.7	120.6	22.7
NOCHE				
LECHE ENTERA AL TERCIO	200	6.4	10.6	6.20
AZÚCAR AL 5%	12	0	12	0.00
SUB TOTAL		6.4	22.6	6.2
TOTAL DE MACRONUTRIENTES		59.8	377.1	68.4
KILOCALORIAS / MACRO		239.04	1508.52	615.915
TOTAL DE ENERGIA		2363.5		
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO		10.1	63.8	26.1

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tablas Peruanas de composición de alimentos Lima 2009



10.2.6. Dieta sin residuo o astringente

Es un régimen en el que se brinda preparaciones que no contenga fibra, con la finalidad de evitar el peristaltismo del intestino, irritación de la mucosa y facilitar una digestión rápida; es administrada en cantidades pequeñas.

Alcance:

Se indica para pacientes pediátricos con diarrea severa, en la colitis ulcerativa, también en la fase inicial del post operatorio en las intervenciones del colon y del recto, en la obstrucción intestinal parcial.

Alimentos permitidos

Caldos desgrasados

Carne de res y aves

Cereales refinados: féculas, maicena, chuño, arroz, pan, tostado, galletas.

Tubérculos: papa amarilla, olluco, yuca

Bebidas: te, infusiones, bebidas carbonatadas

Azúcares: sacarosa, dextrosa, glucomiel, miel

Alimentos excluidos

Cereales integrales, alimentos y preparaciones grasas, frutas y jugos, verduras, condimentos, bebidas con efecto gastrológico: café, zumo de naranja azucarado.

Esquema alimentario

Desayuno:

1 taza avena

1 pan con acompañamiento (mermelada, mantequilla)

Media mañana:

- 200cc de mazamorra adstringente (membrillo, durazno, canela, clavo de olor, anís, etc.)

Almuerzo

- 1 porción de carne (75 gramos)
- 1 50g de puré sin leche
- 1 porción de arroz
- 200cc de mazamorra astringente

Media tarde:

1 taza de avena

Comida:

- 1 porción de carne (75 gramos)
- 150g de puré sin leche
- 1 porción de arroz
- 200cc de mazamorra astringente

Noche

1 taza de avena



Aporte nutricional

Tiempo de Comida	Energía	Proteína	CHO	Lípidos
Desayuno	168.9	3.8	37.3	0.5
Media mañana	197.8	0.4	48.6	0.2
Almuerzo	700.4	16.2	115.7	19.2
Media tarde	82	1.2	18.4	0.4
Comida	700.4	16.2	115.7	19.2
Noche	82	1.2	18.4	0.4
Total de aporte	1766.6	36.6	317.2	39.1

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tablas Peruanas de composición de alimentos, Lima 2009

Menú tipo

BLANDA SIN RESIDUO	CANT	PROT	CHO	LIP
DESAYUNO				
AVENA 250	9	1.2	6.4	0.4
AZÚCAR AL 5%	12	0.0	12.0	0.0
1 UNID PAN	30	2.5	18.9	0.1
ACOMPANAMIENTO (QUESO, MERMELEDA, MANTEQUILLA, HUEVO)	30	0.6	0.6	2.5
SUB TOTAL		3.8	37.3	0.5
MEDIA MAÑANA 10.AM				
MAZAMORRA DE FRUTAS	200	0.4	48.6	0.2
ALMUERZO				
RES 1 PRESA	50	10.7	0.0	0.8
ACEITE PARA ADEREZOS	10	0.0	0.0	10.0
PURE SIN LECHE	150	2.8	44.6	8.1
ARROZ COCIDO	100	2.4	22.5	0.1
MAZAMORRA DE FRUTAS 200CC	200	0.4	48.6	0.2
SUB TOTAL		16.2	115.7	19.2
MEDIA TARDE				
AVENA 250	9	1.2	6.4	0.4
AZÚCAR AL 5%	12	0.0	12.0	0.0
SUB TOTAL		1.2	18.4	0.4
COMIDA				
1 PRESA	50	10.7	0.0	0.8
ACEITE PARA ADEREZOS	10	0.0	0.0	10.0
PURE SIN LECHE	150	2.8	44.6	8.1
ARROZ COCIDO	100	2.4	22.5	0.1
MAZAMORRA DE FRUTAS 200CC	200	0.4	48.6	0.2
SUB TOTAL		16.2	115.7	19.2
NOCHE				
AVENA 250 CC	9	1.233	6.417	0.42
AZÚCAR AL 5%	12	0	12	0.00
SUB TOTAL		1.2	18.4	0.4
TOTAL DE MACRONUTRIENTES		36.6	317.2	39.1
KILOCALORIAS / MACRO		146.472	1268.628	351.477
TOTAL DE ENERGIA			1766.6	
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO		8.3	71.8	19.9

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tablas Peruanas de composición de alimentos, Lima 2009



10.2.7. Dieta completa

Es la dieta normal que, se indica a los pacientes pediátricos hospitalizados que, no precisa una dieta terapéutica; sin embargo, es conveniente que no contenga alimentos flatulentos, o de difícil digestión que, podrían ocasionar trastornos en el niño que, se encuentra en reposo en una habitación, fuera de su ambiente habitual.

Alcance

Pacientes pediátricos hospitalizados con enfermedades que no comprometen el tracto gastrointestinal.

Esquema alimentario (Dieta completa)

Desayuno

- 1 taza de leche con azúcar al 5%
- 1 taza de avena (es opcional si lo acostumbra tomar)
- 1 pan con acompañamiento (mantequilla, mermelada, queso fresco, huevo)

Media mañana

- 200 cc de jugo de fruta

Almuerzo

- 1 porción de carne guisada (75 gr)
- 1 50g de arroz cocido
- 100 g de acompañamiento
- 150 g de frutas

Media tarde:

- 1 taza de leche con azúcar al 5%

Comida:

- 1 porción de carne guisada (75 gr)
- 1 50g de arroz cocido
- 100 g de acompañamiento
- 200cc de mazamorra

Noche

- 1 taza de leche con azúcar al 5%



Aporte nutricional

Energía: Se adecua de acuerdo al grupo etareo del niño

Proteínas: 2 a 3 gramos /Kg de peso/ día

Grasas: 2 a 3 gramos /Kg de peso/día

Carbohidratos: 6 a 10 gr/kg/dí

Aporte nutricional de la dieta

Tiempo de Comida	Energía	Proteína	Lípidos	Carbohidratos
Desayuno	364.7	11.4	62.0	7.9
Media mañana	91.1	0.8	21.3	0.3
Almuerzo	567.5	24.2	79.2	17.1
Media tarde	196.2	7.7	24.7	7.4
Comida	567.5	24.0	115.5	17.2
Noche	196.2	7.7	24.7	7.4
Total de aporte	1633.5	59.1	254.6	42.1

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tablas Peruanas de composición de alimentos, Lima 2009



Menú tipo

COMPLETA	CANT	PROT	CHO	LIP
DESAYUNO				
LECHE ENTERA	240	7.7	12.7	7.4
AVENA 250 OPCIONAL	9	1.2	6.4	0.4
AZÚCAR AL 5%	24	0.0	24.0	0.0
1 UNID PAN	30	2.5	18.9	0.1
ACOMPANAMIENTO (QUESO, MERMELADA, MANTEQUILLA, HUEVO)	30	2.3	0.8	4.3
SUB TOTAL		11.4	62.0	7.9
MEDIA MAÑANA 10.AM				
FRUTAS (PIÑA, MELON, NARANJA,ETC)	200	0.8	16.3	0.3
AZÚCAR AL 5%	5	0	5	0.00
SUB TOTAL		0.8	21.3	0.3
ALMUERZO 13 P.M.				
RES 1 PRESA	75	16.0	0.0	1.2
ACEITE PARA ADEREZOS	15	0.0	0.0	15.0
VERDURAS GUIADAS	200	1.9	10.9	0.5
PAPA CAMOTE SANC	100	2.1	22.3	0.1
ARROZ COCIDO	150	3.6	33.8	0.2
FRUTAS (PIÑA, MELON, NARANJA,ETC)	150	0.6	12.2	0.2
SUB-TOTAL		24.2	79.2	17.1
MEDIA TARDE: 3:00 P.M.				
LECHE ENTERA AL TERCIO	240	7.7	12.7	7.4
AZÚCAR AL 5%	12	0.0	12.0	0.0
SUB TOTAL		7.7	24.7	7.4
COMIDA 5:00 P.M.				
RES 1 PRESA A-COMIDA 1CUCHARA POR COMIDA	75	16.0	0.0	1.2
ACEITE PARA ADEREZOS	15	0.0	0.0	15.0
VERDURAS GUIADAS	200	1.9	10.9	0.5
PAPA CAMOTE SANC	100	2.1	22.3	0.1
ARROZ COCIDO	150	3.6	33.8	0.2
MAZAMORRA DE FRUTAS 200CC	200	0.4	48.6	0.2
SUB TOTAL		24.0	115.5	17.2
NOCHE				
LECHE ENTERA AL TERCIO	240	7.7	12.7	7.4
AZÚCAR AL 5%	12	0.0	12.0	0.0
SUB TOTAL		7.7	24.7	7.4
TOTAL DE MACRONUTRIENTES		59.1	254.6	42.1
KILOCALORÍAS / MACRO		235.5	1018.5	378.5
TOTAL DE ENERGÍA			1633.5	
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO		14.5	62.4	23.2

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente: Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tablas: Pertenencias de composición de alimentos, Lima 2009



10.2.8. Dieta hipercalórica

Es una dieta completa; aquella que cumple con las cuatro leyes de la Nutrición; debe ser suficiente en calorías para cubrir las necesidades energéticas del individuo; completa en su composición aportando macro nutrientes, micronutrientes y fibra; armónica en la proporción de nutrientes según las recomendaciones de la OMS y adecuada para cada paciente.

Se puede distribuir en 4-5 tomas diarias con la posibilidad de dejar abierta las opciones de fraccionar en más tomas siempre y cuando sea acorde con patrón alimentario saludable. En la que se incluyen colaciones adicionales con densidad calórica de 1.

Alcance: Se le indica a pacientes pediátricos con bajo peso, con TB; desnutrición calórica-proteica, pacientes post operados en etapa de recuperación.

Composición de la Dieta hipercalórica

Kcal: La energía se determina según el Requerimiento del paciente pediátrico que requiere este tipo de dieta; conservando la distribución de macronutrientes:

Kcal: 100 a 200 Kcal / Kg de peso / día según patología

Proteínas 12-15%

Lípidos 30%

Carbohidratos 50-60%

Esquema alimentario

Desayuno

- 1 taza de leche
- 1 taza de avena
- 1 Pan con acompañamiento (Mantequilla, mermelada, manjar)
- acompañamiento proteico (queso, hotdog, huevo, jamonada)

Media mañana

- 1 Vaso de Jugo de frutas

Almuerzo

- Preparaciones frías con contenido proteico
- Plato de Fondo
- Postre:
 - Fruta
 - 200cc mazamorra o pudins

Media tarde

- 1 taza de Leche

Comida

- Preparaciones frías con contenido proteico
- Plato de Fondo
- Postre:
 - 200cc Mazamorra o pudins

Noche

- 1 taza de Leche



Aporte nutricional total

Tiempo de Comida	Energía	Proteína	Carbohidratos	Lípidos
Desayuno	340.7	10.2	59.9	6.7
Media mañana	91.1	0.8	21.3	0.3
Almuerzo	785.1	19.2	127.8	21.9
Media tarde	120.6	6.4	15.6	6.2
Comida	732.6	18.6	115.5	21.8
Noche	120.6	6.4	22.6	6.2
Total de aporte	1902.7	61.6	301.1	50.2

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente: Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tablas. Porciones de composición de alimentos. Lima 2009

Menú Tipo

COMPLETA	CANT	PROT	CHO	LIP
DESAYUNO				
LECHE ENTERA	200	6.4	10.6	6.2
AVENA 250	9	1.2	6.4	0.4
AZÚCAR AL 5%	24	0.0	24.0	0.0
1 UNID PAN	30	2.5	18.9	0.1
ACOMPANAMIENTO (QUESO, MERMELADA, MANTEQUILLA, HUEVO)	30	2.3	0.8	4.3
SUB TOTAL		10.2	69.9	6.7
MEDIA MAÑANA 10.AM				
FRUTAS (PIÑA, MELON, NARANJA,ETC)	200	0.8	15.3	0.3
AZÚCAR AL 5%	5	0	5	0.00
SUB TOTAL		0.8	21.3	0.3
ALMUERZO 13 P.M.				
RES 1 PRESA	50	10.7	0.0	0.8
ACEITE PARA ADEREZOS	20	0.0	0.0	20.0
VERDURAS GUIADAS	200	1.9	10.9	0.5
PAPA CAMOTE SANC	100	2.1	22.3	0.1
ARROZ COCIDO	150	3.6	33.8	0.2
FRUTAS (PIÑA, MELON, NARANJA,ETC)	150	0.6	12.2	0.2
MAZAMORRA DE FRUTAS 200 cc	200	0.36	48.56	0.20
SUB TOTAL		19.2	127.8	21.9
MEDIA TARDE: 3:00 P.M.				
LECHE ENTERA AL TERCIO	200	6.4	10.6	6.2
AZÚCAR AL 5%	5	0.0	5.0	0.0
SUB TOTAL		6.4	15.6	6.2
COMIDA 6:00 P.M.				
1 PRESA	50	10.7	0.0	0.8
ACEITE PARA ADEREZOS	20	0.0	0.0	20.0
VERDURAS GUIADAS	200	1.9	10.9	0.5
PAPA CAMOTE SANC	100	2.1	22.3	0.1
ARROZ COCIDO	150	3.6	33.8	0.2
MAZAMORRA DE FRUTAS 200CC	200	0.4	48.6	0.2
SUB TOTAL		18.6	115.5	21.8
NOCHE				
LECHE ENTERA AL TERCIO	200	6.4	10.6	6.2
AZÚCAR AL 5%	12	0.0	12.0	0.0
SUB TOTAL		6.4	22.6	6.2
TOTAL DE MACRONUTRIENTES		61.6	301.1	50.2
KILOCALORÍAS / MACRO		246.5	1204.3	451.9
TOTAL DE ENERGÍA			1902.7	
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO		13.0	63.3	23.8

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente: Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tablas. Porciones de composición de alimentos. Lima 2009



10.2.9. Dieta hiperproteica rica en hierro

Es la dieta normal que se indica a los pacientes pediátricos hospitalizados que, no precisa una dieta terapéutica; sin embargo, es conveniente que contenga alimentos ricos en hierro hemínico.

Alimentos permitidos

Carnes rojas, vísceras (hígado, sangrecita, bofe); pescado; menestras

Frutas: cítricas, y en preparaciones en jugo

Verduras: todas

Todos los alimentos considerados en la dieta completa e hiperproteica.

Alimentos excluidos

Infusiones, té, café, bebidas gaseosas y hierbas aromáticas

Jugos industrializados.

Alcance

Pacientes pediátricos hospitalizados con enfermedades que no comprometen el tracto gastrointestinal.

Esquema alimentario (Dieta completa)

Desayuno

- 1 taza de leche con azúcar al 5%
- 1 taza de avena (es opcional si lo acostumbra tomar)
- 1 pan con acompañamiento (mantequilla, mermelada, queso fresco, huevo)

Media mañana

- 200 cc de jugo de fruta

Almuerzo

- 1 porción de carne guisada (75 gr)
- 1 50g de arroz cocido
- 100 g de acompañamiento
- 150 g de frutas

Media tarde:

- 1 taza de leche con azúcar al 5%

Comida:

- 1 porción de carne guisada (75 gr)
- 1 50g de arroz cocido
- 100 g de acompañamiento
- 200cc de mazamorra

Noche

- 1 taza de leche con azúcar al 5%

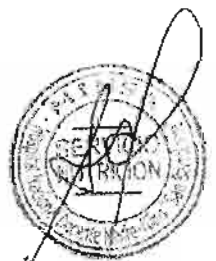
Aporte nutricional

Energía: Se adecua de acuerdo al grupo etario del niño

Proteínas: 2 a 3 gramos /Kg de peso/ día

Grasas: 2 a 3 gramos /Kg de peso/día

Carbohidratos: 6 a 10 gr/kg/día



Tiempo de Comida	Energía	Proteína	Lípidos	Carbohidratos
Desayuno	364.7	11.4	62.0	7.9
Media mañana	91.1	0.8	21.3	0.3
Almuerzo	567.5	24.2	79.2	17.1
Media tarde	196.2	7.7	24.7	7.4
Comida	567.5	24.0	115.5	17.2
Noche	196.2	7.7	24.7	7.4
Total de aporte	1633.5	59.1	254.6	42.1

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011
Fuente: Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tablas Peruanas de composición de alimentos, Lima 2009

Menú tipo

HIPETPROTEICA CON HIERRO	CANT	PROT	CHO	LIP	HIERRO
DESAYUNO					
LECHE ENTERA	240	7.7	12.7	7.4	
AVENA 250 OPCIONAL	9	1.2	6.4	0.4	
AZÚCAR AL 5%	24	0.0	24.0	0.0	
1 UNID PAN	30	2.5	18.9	0.1	
ACOMPANAMIENTO (QUESO, MERMELEDA, MANTEQUILLA, HUEVO)	30	2.3	0.8	4.3	0.33
SUB TOTAL		11.4	62.0	7.9	0.33
MEDIA MAÑANA 10.AM					
FRUTAS (PIÑA, MELON, NARANJA,ETC)	200	0.8	16.3	0.3	
AZÚCAR AL 5%	5	0	5	0.00	
SUB TOTAL		0.8	21.3	0.3	
ALMUERZO 13 P.M.					
ALIMENTOS CON HIERRO DE ORIGEN ANIMAL (HIGADO,BOFE)	75	14.0	2.1	1.2	4.5
ACEITE PARA ADEREZOS	15	0.0	0.0	15.0	
VERDURAS GUIADAS	150	1.4	8.2	0.4	
PAPA CAMOTE SANC	50	1.1	11.2	0.1	
ARROZ COCIDO	150	3.6	33.8	0.2	
FRUTAS (PIÑA, MELON, NARANJA,ETC)	150	0.6	12.2	0.2	
SUB TOTAL		20.6	67.5	17.0	4.5
MEDIA TARDE: 3:00 P.M.					
LECHE ENTERA FLUIDA	240	7.7	12.7	7.4	
AZÚCAR AL 2.5%	6	0.0	6.0	0.0	
SUB TOTAL		7.7	18.7	7.4	0
COMIDA 5:00 P.M.					
ALIMENTOS CON HIERRO DE ORIGEN ANIMAL (HIGADO,BOFE)	75	14.0	2.1	1.2	4.5
ACEITE PARA ADEREZOS	15	0.0	0.0	15.0	
VERDURAS GUIADAS	150	1.4	8.2	0.4	
PAPA CAMOTE SANC	50	1.1	11.2	0.1	
ARROZ COCIDO	150	3.6	33.8	0.2	
MAZAMORRA DE FRUTAS 150CC	150	0.3	36.4	0.2	
SUB TOTAL		20.3	91.6	17.0	4.5
NOCHE					
LECHE ENTERA AL TERCIO	240	7.7	12.7	7.4	
AZÚCAR AL 2.5%	6	0.0	6.0	0.0	
SUB TOTAL		7.7	18.7	7.4	0.0
TOTAL DE MACRONUTRIENTES		63.4	275.0	49.7	9.3
KILOCALORÍAS / MACRO		253.5	1100.1	446.9	
TOTAL DE ENERGÍA			1800.4		
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO		14.1	61.1	24.8	

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011
Fuente: Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tablas Peruanas de composición de alimentos, Lima 2009



10.2.10. Dieta antialérgica

La dieta antialérgica, denominada también, dieta de exclusión de las proteínas de los alimentos causantes de la alergia (leche, huevo, pescado, trigo, etc.) Deber ser planteada individualmente para cada paciente.

Alcance:

Se indica pacientes pediátricos que presenten los diagnósticos que a continuación se mencionan:

Afectación	Mecanismo IgE	Mecanismo mixto
Cutánea	Urticaria Angioedema	Dermatitis atópica
Respiratoria	Rinitis ~ Bronco espasmo	Asma
Digestiva	Reacción Gastro intestinal inmediata S. alérgico oral	Esofagitis y gastroenteropatías.

Alimentos permitidos:

Carnes: res, aves sin grasa

Pan: maíz

Cereales: arroz, avena, harina de yuca.

Frutas: todas con excepción de la que están en la lista de los alimentos restringidos.

Vegetales: todas con excepción de la que están en la lista de los alimentos restringidos.

Grasas vegetales

Azúcar: toda clase; glucomiel, jaleas, melazas

Alimentos excluidos:

Frutas cítricas, verduras del grupo de las crucíferas, tomate, canela,

Leche, huevo, trigo, pescado y todo lo derivado que lo contenga, alimentos facturados con uso de aditivos alimentarios (snack, gelatina etc), embutidos.

Esquema alimentario:

Desayuno:

1 taza de leche o avena

1 pan con acompañamiento

Media mañana:

- 200cc de mazamorra antialérgica

Almuerzo:

- 1 porción de carne (50 gramos) o menestras
- 1 porción vegetales o legumbres
- 1 porción de arroz
- 200cc de mazamorra antialérgica



Medía Tarde:

1 taza de leche o avena

Comida:

- 1 porción de carne(50 gramos) o menestras
- Segundo del fondo
- 1 porción de arroz
- 200cc de mazamorra antialérgica

Noche

1 taza de leche o avena

Aporte nutricional:

Brinda las mismas Kcal de la dieta blanda

Tiempo de Comida	Energía	Proteína	CHO	LIPIDOS
Desayuno	225.6	7.0	40.4	4.0
Media mañana	197.8	0.4	48.6	0.2
Almuerzo	469.6	20.6	69.8	12.0
Media tarde	139.5	4.5	21.6	3.9
Comida	469.6	20.6	69.8	12.0
Noche	139.5	4.5	21.6	3.9
Total de aporte	1361.3	48.5	228.6	28.1

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición Tablas Peruanas de composición de alimentos, Lima 2009

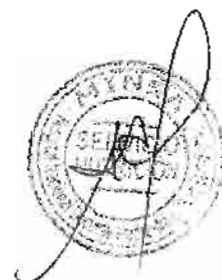


Menú Tipo N°1

ANTIALÉRGICA CON LECHE	CANT	PROT	CHO	LIP
DESAYUNO				
LECHE ENTERA AL TERCIO	240	7.7	12.7	7.4
AZÚCAR AL 5%	12	0.0	12.0	0.0
1 UNID PAN	30	2.5	18.9	0.1
ACOMPANAMIENTO (MANTEQUILLA, HUEVO)	30	2.2	0.3	13.6
SUB TOTAL		10.2	43.6	7.5
MEDIA MAÑANA				
MAZAMORRA DE FRUTAS	200	0.4	48.6	0.2
ALMUERZO				
RES 1 PRESA	50	10.7	0.0	0.8
ACEITE PARA ADEREZOS	10	0.0	0.0	10.0
VERDURAS GUIADAS	200	1.9	10.9	0.5
ARROZ COCIDO	100	2.4	22.5	0.1
MAZAMORRA DE FRUTAS 150 CC	150	0.3	36.4	0.2
SUB TOTAL		15.2	69.8	11.6
MEDIA TARDE: 3:00 P.M.				
LECHE ENTERA AL TERCIO	240	7.7	12.7	7.4
AZÚCAR AL 5%	12	0.0	12.0	0.0
SUB TOTAL		7.7	24.7	7.4
COMIDA				
RES 1 PRESA	50	10.7	0.0	0.8
ACEITE PARA ADEREZOS	10	0.0	0.0	10.0
VERDURAS GUIADAS	200	1.9	10.9	0.5
ARROZ COCIDO	100	2.4	22.5	0.1
MAZAMORRA DE FRUTAS 150 CC	150	0.3	36.4	0.2
SUB TOTAL		15.2	69.8	11.6
NOCHE				
LECHE ENTERA AL TERCIO	240	7.7	12.7	7.4
AZÚCAR AL 5%	12	0.0	12.0	0.0
SUB TOTAL		7.7	24.7	7.4
TOTAL DE MACRONUTRIENTES		41.1	231.8	30.8
KILOCALORÍAS / MACRO		164.2	927.2	277.2
TOTAL DE ENERGÍA			1368.6	
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO		12.0	67.7	20.3

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tablas Peruanas de composición de alimentos, Lima 2009



Menú Tipo N°2

ANTIALÉRGICA CON AVENA	CANT	PROT	CHO	LIP
DESYUNO				
AVENA 250	9	1.2	6.4	0.4
AZÚCAR AL 5%	12	0.0	12.0	0.0
1 UNID PAN	30	2.5	18.9	0.1
ACOMPANAMIENTO (MANTEQUILLA, HUEVO)	30	2.2	0.3	13.6
SUB TOTAL		3.8	37.3	0.5
MEDIA MAÑANA				
MAZAMORRA DE FRUTAS	200	0.4	48.6	0.2
ALMUERZO				
RES 1 PRESA	50	10.7	0.0	0.8
ACEITE PARA ADEREZOS	10	0.0	0.0	10.0
VERDURAS GUIADAS	200	1.9	10.9	0.5
ARROZ COCIDO	100	2.4	22.5	0.1
MAZAMORRA DE FRUTAS 150 CC	150	0.3	36.4	0.2
SUB TOTAL		15.2	69.8	11.6
MEDIA TARDE				
AVENA 250	9	1.233	6.417	0.42
AZÚCAR AL 5%	12	0	12	0.00
SUB TOTAL		1.2	18.4	0.4
COMIDA				
RES 1 PRESA	50	10.7	0.0	0.8
ACEITE PARA ADEREZOS	10	0.0	0.0	10.0
VERDURAS GUIADAS	200	1.9	10.9	0.5
ARROZ COCIDO	100	2.4	22.5	0.1
MAZAMORRA DE FRUTAS	150	0.3	36.4	0.2
SUB TOTAL		15.2	69.8	11.6
NOCHE				
AVENA 250	9	1.233	6.417	0.42
AZÚCAR AL 5%	12	0	12	0.00
SUB TOTAL		1.2	18.4	0.4
TOTAL DE MACRONUTRIENTES		34.6	225.5	23.8
KILOCALORÍAS / MACRO		138.412	901.948	214.047
TOTAL DE ENERGÍA		1254.4		
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO		11.0	71.9	17.1

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tablas Paranas de composición de alimentos, Lima 2009



10.2.11. Dieta Thevenon

Es la dieta blanda severa, modificada, con los mismos requerimientos, con la única diferencia que se debe considerar alimentos de color blancos.

Es utilizada en el examen o test de sangre oculta en las heces. Esta sangre puede proceder de cualquier nivel del tubo digestivo. La sangre oculta en heces es con frecuencia el único signo de alarma de enfermedades colón-rectales.

Debe recomendarse desde tres días antes del comienzo de la prueba hasta el final del periodo de test; es decir se debe administrar durante seis días.

No tome pastillas de vitamina C que en grandes dosis puede provocar falsos-negativos.

En caso de diarrea, no debe efectuarse el test hasta que se restablezca la normalidad en la actividad intestinal.

Alcance:

En pediatría se utiliza este tipo de dieta en pacientes que presentan hemorragia digestiva, anemia severa, parasitosis.

Alimentos permitidos

Tomar alimentos con propiedades laxantes, por ejemplo verduras, ensaladas, frutas, pan integral, nueces. Considerar que sean de color blanco.

Huevo, pollo (pechuga); pescado blanco, Pavita (pechuga)

Tubérculos: papa yuca; cereales: arroz, avena, cereales refinados: maizena, chuño.

Alimentos excluidos

Evitar productos cárnicos o embutidos semi-crudos, por ejemplo bistec, hígado, morcilla. Los alimentos que contienen sangre pueden producir un resultado positivo del test, sin que en realidad exista una hemorragia gastrointestinal.

Evitar consumir hierro, yodo.

Composición Dieta Thevenon

2000 Kcal

Proteínas 12-15%

Lípidos 30-35%

Carbohidratos 50-60%



Esquema de Alimentación

Desayuno

200cc de Leche fluida de vaca

1 unida de Pan con acompañamiento (Mantequilla, queso, Huevo)

Media mañana

250 cc Jugo colado de piña

Almuerzo

1 presa de carne blanca (50 gramos)

150 cc puré de color blanco

1 porción de Arroz cocidos (100 gr.)

200 cc de Mazamorra de frutas de color claro

Media tarde

200 cc Leche fluida

Comida

1 presa de carne blanca (50 gramos)

150cc puré de color blanco

1 porción de Arroz cocidos (100 gr.)

200 cc de Mazamorra de frutas de color claro

Noche

200 cc Leche fluida

Aporte nutricional total

Tiempo de Comida	Energía	Proteína	CHO	Lípidos
Desayuno	308.49	11.17	42.25	10.535
Media mañana	148.6	0.3	36.4	0.2
Almuerzo	707.4	17.6	108.4	22.6
Media tarde	171.8	6.4	22.6	6.2
Comida	707.4	17.6	108.4	22.6
Noche	171.8	6.4	22.6	6.2
Total de aporte	2215.3	59.5	340.7	68.3

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente Insielva - Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tablas Peruanas de composición de alimentos, Lima 2009



Menú Tipo

THEVENON	CANT	PROT	CHO	LIP
DESAYUNO				
LECHE ENTERA FLUIDA	200	6.4	10.6	6.2
AZÚCAR AL 5%	12	0.0	12.0	0.0
1 UNID PAN	30	2.5	18.9	0.1
ACOMPANAMIENTO (QUESO, MERMELADA, MANTEQUILLA, HUEVO)	30	2.3	0.8	4.3
SUB TOTAL		11.17	42.25	10.535
MEDIA MAÑANA 10.AM				
MAZAMORRA DE FRUTAS	150	0.3	36.4	0.2
ALMUERZO				
1 PRESA	50	10.7	0.0	0.8
ACEITE PARA ADEREZOS	10	0.0	0.0	10.0
PURE CON LECHE SIN PRESA – BLANCO	150	4.3	49.5	11.6
ARROZ COCIDO	100	2.4	22.5	0.1
MAZAMORRA DE FRUTAS 200 cc	150	0.3	36.4	0.2
SUB TOTAL		17.6	108.4	22.6
MEDIA TARDE: 3:00 P.M.				
LECHE ENTERA FLUIDA	200	6.4	10.6	6.20
AZÚCAR AL 5%	12	0	12	0.00
SUB TOTAL		6.4	22.6	6.2
COMIDA				
1 PRESA	50	10.65	0	0.8
ACEITE PARA ADEREZOS	10	0	0	10
PURE CON LECHE SIN PRESA - BLANCO	150	4.3	49.5	11.6
ARROZ COCIDO	100	2.4	22.5	0.1
MAZAMORRA DE FRUTAS 200 cc	150	0.29	36.42	0.15
SUB TOTAL		17.6	108.4	22.6
NOCHE				
LECHE ENTERA AL TERCIO	200	6.4	10.6	6.20
AZÚCAR AL 5%	12	0	12	0.00
SUB TOTAL		6.4	22.6	6.2
TOTAL DE MACRONUTRIENTES		59.5	340.7	68.3
KILOCALORÍAS / MACRO		237.9	1362.84	614.565
TOTAL DE ENERGÍA		2215.3		
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO		10.7	61.5	27.7

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Nino San Bartolomé- 2011

Fuente Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tablas Peruanas de composición de alimentos. Lima 2009



10.2.12. Hipograsa

Es la dieta con modificación en el contenido de grasa, se utiliza para reducir los lípidos séricos en patologías.

Los Lípidos en la dieta deben constituir entre 25% a 30% del valor calórico total.

Los ácidos grasos saturados no deben exceder del 10% del valor calórico total. El contenido de colesterol no debe exceder los 300 mg diarios.

La dieta hipograsa es adecuada en los otros nutrientes, solo se recomienda complementar con suplementos de vitaminas liposolubles.

Alcance

Pacientes pediátricos con hiperlipidemias, se utiliza para disminuir los síntomas de la esteatorrea por mala absorción y por problemas hepáticos o pancreáticos y post operados de litiasis vesicular.

Alimentos permitidos:

- Incrementar el consumo de pescado 2-3 veces por semana.
- Aumentar el consumo de pollo o pavo sin piel.
- Utilizar como método de cocción el horneado, estofado, hervido.
- El consumo de aceitunas, nueces, almendras.
- Usar de forma moderada los aceites vegetales.
- Aumentar el consumo de fibra alimentaria (frutas y verduras).

Alimentos excluidos

- Evitar el consumo de embutidos, salchichas mariscos.
- Limitar el consumo de quesos y productos lácteos ricos en grasas.
- Limitar el consumo de vísceras (hígado, sesos, riñones)

Composición de la Dieta hipograsa

Kcal: La energía se determina según el Requerimiento del paciente pediátrico que requiere este tipo de dieta; conservando la distribución de macronutrientes:

1400 – 1500 Kcal.

Proteínas 12-15%

Lípidos 25% A 30 %

Carbohidratos 55-60%



Esquema de alimentación

Desayuno:

1 taza de Avena con azúcar

1 unidad de Pan con acompañamiento sin contenido de grasa (Mermelada de fresa; queso fresco; claras de huevo)

10:00 AM

1 vaso de Jugo de fruta

Almuerzo

Preparaciones frías

Plato de fondo

Postre: fruta

Media tarde

1 taza de 250 cc de avena

Comida

Preparaciones frías

Plato de fondo

Postre: fruta

Noche

1 taza de 250 cc de avena

Aporte nutricional total

Tiempo de Comida	Energía	Proteína	CHO	Lípidos
Desayuno	145.7	3.8	31.5	0.5
Media mañana	91.1	0.8	21.3	0.3
Almuerzo	489.3	21.0	62.4	17.3
Media tarde	59.2	1.2	12.7	0.4
Comida	559.6	17.6	73.7	21.6
Total de aporte	1404.3	45.6	214.4	40.5

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición, Tablas Peruanas de composición de alimentos, Lima 2009



Menú Tipo

HIPOGRASA	CANT	PROT	CHO	LIP
DESYUNO				
Avena 250	9	1.2	6.4	0.4
Azúcar al 2.5%	6.25	0.0	6.3	0.0
1 unid pan	30	2.5	18.9	0.1
Acompañamiento (queso, mermelada, claras)	30	2.3	0.8	4.3
SUB TOTAL		3.8	31.5	0.6
MEDIA MAÑANA 10.AM				
Jugo frutas (piña, melón, naranja, etc)	200	0.8	16.3	0.3
Azúcar al 2.5%	5	0	5	0.00
SUB TOTAL		0.8	21.3	0.3
ALMUERZO 13 P.M.				
Res 1 presa	75	16.0	0.0	1.2
Aceite para aderezos	15	0.0	0.0	15.0
Verduras guisadas	100	1.0	5.5	0.3
Papa camote sancochado	50	1.1	11.2	0.1
Arroz cocido	100	2.4	22.5	0.1
Frutas (piña, melón, naranja ,etc)	150	0.6	12.2	0.2
Ensalada cocida				
Vainitas (2)	100.0	0.0	8.0	0.3
Zanahoria (2)	50.0	0.0	3.0	0.2
Limón jugo de	1.0	0.0	0.1	0.0
Aceite de oliva	5.0			5.0
SUB TOTAL		21.0	62.4	17.3
MEDIA TARDE: 3:00 P.M.				
Avena 250	9	1.2	6.4	0.4
Azúcar al 2.5%	6.25	0.0	6.3	0.0
SUB TOTAL		1.2	12.7	0.4
COMIDA 5:00 P.M.				
1 presa carne sin grasa o piel	50	10.7	0.0	0.8
Aceite para aderezos	15	0.0	0.0	15.0
Verduras guisadas	100	1.0	5.5	0.3
Papa camote sancochada	50	1.1	11.2	0.1
Arroz cocido	150	3.6	33.8	0.2
Frutas (piña, melón, naranja, etc)	150	0.6	12.2	0.2
Ensalada fresca				
Tomate (4)	80	0	3.2	0
Lechuga americana	70	0	1.75	0
Pepino	20	0.1	0.5	0.0
Fresco. Choco	20	0.7	5.6	0.2
Limón jugo de	1	0	0.1	0
Aceite de sachu Inchi	5			5
SUB TOTAL		17.6	73.7	21.6
NOCHE				
Avena 250	9	1.2	6.4	0.4
Azúcar al 5%	6.25	0.0	6.3	0.0
SUB TOTAL		1.2	12.7	0.4
TOTAL DE MACRONUTRIENTES		45.6	214.4	40.5
KILOCALORÍAS / MACRO		182.4	857.5	364.4
TOTAL DE ENERGÍA		1404.3		
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO		13.0	61.1	25.9

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tablas Peruanas de composición de alimentos, Lima 2009



10.2.13. Dieta hipoglucida

La dieta se puede modificar en la cantidad y el tipo de carbohidratos. Contribuye a controlar los niveles de glucosa en la sangre. Se busca conseguir un peso normal y evitar posteriores complicaciones

- *Energía:* De acuerdo a las necesidades del paciente (entre 1500 a 1800 Kcal). En caso de Obesidad reducir la ingesta de energía.
- Carbohidratos: 50 – 55% del Valor Calórico Total. (Disminución de azúcares simples)
- Proteínas: 15% del VCT. (evitar alimentos proteicos grasos)
- Grasas: 30 % del VCT (evitar exceso de grasas saturadas)
- Es básico que la dieta sea rica en fibra porque ayuda a controlar la glucosa en la sangre
- Alimentación Fraccionada, para evitar alta carga de energía y azúcar en una sola comida.

Alcance:

Se recomienda el uso de esta dieta para pacientes pediátricos con Diabetes, obesidad, sobrepeso y síndrome metabólico.

Alimentos recomendados

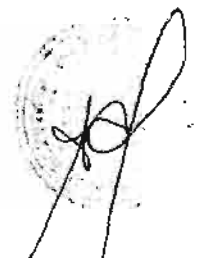
- _ Cereales integrales
- _ Frutas
- _ Verduras
- _ Tubérculos y raíces. Yacón
- _ Menestras

Alimentos excluidos

- _ Azúcar, dulces, chocolates, productos de pastelería, bebidas azucaradas (gaseosas), Alimentos grasos (ricos en grasas saturadas), bebidas alcohólicas.

Recomendaciones:

- _ Dar de comer de cinco a seis veces al día
- _ Evitar dar gran cantidad de carbohidratos en una sola comida (evitar combinar cereales, tubérculos menestras a la vez)
- _ En cada comida tratar siempre de incluir frutas y/o verduras
- _ Tratar de establecer un horario para las comidas



Composición de la Dieta hipoglúcida

Kcal: La energía se determina según el Requerimiento del paciente pediátrico que requiere este tipo de dieta; conservando la distribución de macronutrientes:

1500 - 1800

Proteínas 12-15%

Lípidos 30- 35 %

Carbohidratos 50-60%

Esquema de alimentación

Desayuno

250 cc de Leche fluida de vaca

1 unidad de Pan con acompañamiento proteico (Queso, huevo, hot dog)

Media mañana

Jugo de fruta sin azúcar (Naranja) o 1 unidad fruta

Almuerzo

Preparaciones frías (ensaladas de verduras)

Plato de fondo

Postre. fruta

Media Tarde

1 unidad de fruta

Comida

Preparaciones frías (ensaladas de verduras)

Plato de fondo

Postre. fruta

Noche:

200cc de Avena cocida

1 unidad de Fruta

Aporte nutricional total

Tiempo de Comida	Energía	Proteína	Carbohidratos	Lípidos
Desayuno	234.7	10.2	31.6	7.5
Media mañana	71.1	0.8	16.3	0.3
Almuerzo	389.2	13.9	45.6	16.8
Media tarde	148.2	7.7	12.7	7.4
Comida	585.2	18.3	79.4	21.6
Noche	87.4	1.8	18.7	0.6
Total de aporte	1516.6	52.7	204.3	54.3

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011
Fuente Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tablas. Peruanas de composición de alimentos. Lima 2009



Menú Tipo

HIPOGLUCIDA	CANT	PROT	CHO	LIP
DESYUNO				
Leche entera	240	7.7	12.7	7.4
1 unid pan	30	2.5	18.9	0.1
Acompañamiento (Queso, palta, aceitunas, claras)	30	2.3	0.8	4.3
SUB TOTAL		10.2	31.6	7.5
MEDIA MAÑANA 10.AM				
Frutas picadas (piña, melón, naranja, etc)	200	0.8	16.3	0.3
SUB TOTAL		0.8	16.3	0.3
ALMUERZO 13 P.M.				
Res 1 presa	50	10.7	0.0	0.8
Aceite para aderezos	15	0.0	0.0	15.0
Verduras guisadas	100	1.0	5.5	0.3
Papa camote, o Cereal cosidos (arroz)	75.0	1.7	16.8	0.1
Frutas (piña, melón, naranja, etc)	150	0.6	12.2	0.2
Ensalada cocida				
Valnitas (2)	100.0	0.0	8.0	0.3
Zanahoria (2)	50.0	0.0	3.0	0.2
Limón jugo de	1.0	0.0	0.1	0.0
Acelte de oliva	5.0			5.0
SUB TOTAL		13.9	45.6	16.8
MEDIA TARDE: 3:00 P.M.				
Leche entera fluida	240	7.7	12.7	7.4
SUB TOTAL		7.7	12.7	7.4
COMIDA 5:00 P.M.				
1 PRESA de CARNE	50	10.7	0.0	0.8
Aceite para aderezos	15	0.0	0.0	15.0
Verduras guisadas	100	1.0	5.5	0.3
Papa camote, o Cereal cosido (arroz)	75.0	1.7	16.8	0.1
Arroz cocido	150	3.6	33.8	0.2
Frutas (piña, melón, naranja, etc)	150	0.6	12.2	0.2
Ensalada fresca				
Tomate (4)	80	0	3.2	0
Lechuga americana	70	0	1.75	0
Pepino	20	0.1	0.5	0.0
Fresco. Choclo	20	0.7	5.6	0.2
Limón jugo de	1	0	0.1	0
Aceite de sachá inchi	5			5
SUB TOTAL		18.3	79.4	21.6
NOCHE				
Avena 250	9	1.2	6.4	0.4
Frutas (piña, melón, naranja, etc)	150	0.6	12.2	0.2
SUB TOTAL		1.8	18.7	0.6
TOTAL DE MACRONUTRIENTES		52.7	204.3	54.3
KILOCALORÍAS / MACRO		210.9	817.3	488.4
TOTAL DE ENERGÍA		1516.6		
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO		13.9	53.9	32.2

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tablas Peruanas de composición de alimentos, Lima 2009



10.2.14. Dieta hipo sódica:

Controla la ingestión de sodio en la dieta para mantener el estado de hidratación, para impedir la retención de líquidos, para promover la pérdida de exceso de líquidos.

De acuerdo al aporte de sodio en miligramos la dieta hipo sódica se clasifican en :

Dieta hipo sódica leve:

Es la que contiene 2000 miligramos de sodio. Es una alimentación que limita alimentos que se conservan por medio del salado.

Dieta hipo sódica moderada:

Es la que aporta 1000 miligramos de sodio. En este plan no se debe agregar sal al preparar los alimentos.

Alcance:

Manejar pacientes pediátricos con hipertensión, manejo de la insuficiencia cardiaca congestiva, insuficiencia hepática, renal.

Alimentos permitidos

Tratar de elaborar platillos apetitosos, agregando algunas hierbas y especias, ya que, al no utilizar sal, las preparaciones pueden no ser muy apetitosas para el paciente.

Leche hasta 480 cc

Carne de aves (pollo, pavo), pescado, res fresca o congelada.

Huevo 1 unid por día

Vegetales frescos y legumbres

Cereales: avena, arroz, germen de trigo, harina de maíz, fideos cocidos sin sal

Frutas Frescas (crudas o cocidas)

Alimentos Excluidos

Dieta Hipo sódica Leve: Los embutidos, salchichas, enlatados, aceituna, queso, las galletas de soda, Leche con moderación, etc.

Dieta Hipo sódica moderada:

Se eliminan el pan, las pastas. Se restringen las verduras ricas en sodio (zanahoria, espinaca, apio, acelga); adicional a los alimentos enumerados en la dieta hipo sódica leve. Se eliminan los embutidos, enlatados y alimentos que contengan conservantes ricos en sodio, como el benzoato de sodio, glutamato mono sódico y el nitrato de sodio entre otros.

Moderada: contiene entre 2,5 a 3,5 gr. De ClNa.

Leve: es la menos limitada contiene 3,5 a 5 gr. De ClNa.

Composición de la Dieta hipo sódica

Energía: Se adecua de acuerdo al grupo etario del niño

Proteínas: 2 a 3 gramos /Kg de peso/ día

Grasas: 2 a 3 gramos /Kg de peso/día

Carbohidratos: 6 a 10 gr/kg/día



Esquema alimentario

Desayuno

- 1 taza Avena Hojuelas
- 240 cc Leche fluida de vaca

Media mañana

- 1 vaso de jugo

Almuerzo

- Preparaciones calientes
- Preparaciones frías
- Plato de Fondo
- 1 Unidad de Fruta

Comida

- Plato de Fondo
- Compota de fruta

Aporte nutricional total

Tiempo de Comida	Energía	Proteína	lípidos	Carbohidratos	Sodio (mg)
Desayuno	297.2	14.07	9.42	38.01	161.4
Media mañana	41.6	0.5	0.1	10.7	3.9
Almuerzo	553.3	22.2	8.3	51.8	868.0
Media tarde	140.4	5.1	5.1	18.0	77.9
Comida	732	22.8925	41.505	90.17	586.025
Noche	140.4	5.1	5.1	18.0	77.9
Total de aporte	1904.9	69.9	69.6	226.6	1475.1

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niña San Bartolomé- 2011

Fuente

Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tablas Peruanas de composición de alimentos, Lima 2009

Tabla de composición de alimentos de América Latina- LatinFoods- 2010.

Nota: Este aporte Nutricional ha sido calculado por medio del obtención de las mediana de los tres tipos de dietas hiposódicas.



Menú Tipo

HIPSODICA LEVE	Cantidad	Energ	Prot	Grasa	Carboh	Sodio
	Gr	Kcal	g	g	G	Na mg
DESAYUNO						
Leche fluida de vaca	160	102.4	5.1	5.1	8.2	76.8
Azúcar rubia	10	38.0	0.0	0.0	9.8	1.1
Pan	30	87.3	2.5	0.1	18.1	6.0
Huevo sancochado	50	89.5	6.5	4.2	1.0	77.5
SUB TOTAL		297.2	14.1	9.4	36.0	161.4
10:00 a.m.						
Papaya	130	41.6	0.5	0.1	10.7	3.9
ALMUERZO						
Pollo c/verduras						
Pollo Carne, pulpa	75	127.5	13.6	7.6	0.0	32.8
Arroz Pilado o pulido crudo	50	179.5	4.1	0.3	38.9	2.0
Brócoli (3)	30	12.0	1.5	0.3	1.7	6.1
Tomate (4)	10	1.9	0.1	0.0	0.4	0.8
Acetite vegetal de soya	16	141.4	0.0	16.0	0.0	0.0
Cebolla de cabeza (2)	13	6.4	0.2	0.0	1.5	3.4
Arvejas frescas	15	15.9	1.1	0.1	2.8	5.7
Zanahoria (2)	15	6.2	0.1	0.1	1.4	3.3
Vainitas (2)	20	7.4	0.5	0.1	1.6	0.4
Ajos	2	2.6	0.1	0.0	0.6	1.4
Sal	2					800.0
Fruta - Mandarina	150	52.5	0.9	0.5	12.9	10.4
SUB TOTAL		553.3	22.2	8.3	61.8	868.0
MEDIA TARDE						
Leche fluida de vaca	160	102.4	5.1	5.1	8.2	76.8
Azúcar rubia	10	38.0	0.0	0.0	9.8	1.1
SUB TOTAL		140.4	5.1	5.1	18.0	77.9
CÓMIDA						
Guiso de pollo						
Arroz Pilado o pulido crudo	50	179.5	4.1	0.3	38.9	2.0
Pollo Carne, pulpa	75	127.5	13.6	7.8	0.0	32.8
Papa blanca	150	145.5	3.2	0.2	33.5	36.0
Arvejas frescas	15	15.9	1.1	0.1	2.8	5.7
Zanahoria (2)	15	6.2	0.1	0.1	1.4	3.3
Tomate (4)	20	3.8	0.2	0.0	0.9	1.2
Ajos	1	1.3	0.1	0.0	0.3	0.7
Cebolla de cabeza (2)	10	4.9	0.1	0.0	1.1	2.6
Acetite vegetal de soya	15	132.6	0.0	15.0	0.0	0.0
Sal	2					800.0
MAZAMORRA DE FRUTAS 150CC	150	148.6	0.3	35.4	0.2	
SUB TOTAL		765.8	22.8	59.7	79.1	884.3
NOCHE						
Leche fluida de vaca	160	102.4	5.1	5.1	8.2	76.8
Azúcar rubia	10	38.0	0.0	0.0	9.8	1.1
SUB TOTAL		140.4	5.1	5.1	18.0	77.9
TOTAL	1621	1938.7	69.8	87.8	215.5	2073.4

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011
Fuente: Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tablas Peruanas de composición de alimentos, Lima 2009
Tabla de composición de alimentos de América Latina- Latin Foods-2010



Menú tipo

HIPOSODICA MODERADA	Cantidad Gr	Energ Kcal	Prot g	Grasa g	Carboh G	Sodio Na mg
DESAYUNO						
Leche fluida de vaca	160	102.4	5.12	5.12	8.16	76.8
Azúcar rubia	10	38	0	0	9.8	1.1
Pan	30	87.3	2.5	0.1	19.1	6
Huevo sancochado	50	69.5	6.45	4.2	0.95	77.5
SUB TOTAL		297.2	14.07	9.42	38.01	161.4
10:00 a.m.						
Papaya	130	41.6	0.5	0.1	10.7	3.9
ALMUERZO						
Pollo c/verduras						
Pollo Carne, pulpa	75	127.5	13.8	7.6	0.0	32.8
Arroz Pilado o pulido crudo	50	179.5	4.1	0.3	38.9	2.0
Brócoli (3)	30	12	1.5	0.3	1.7	8.1
Tomate (4)	10	1.9	0.1	0.0	0.4	0.8
Aceite vegetal de soya	16	141.4	0	18.0	0.0	0
Cebolla de cabeza (2)	13	6.4	0.2	0.0	1.5	3.38
Arvejas frescas	15	15.9	1.1	0.1	2.8	5.7
Zanahoria (2)	15	8.2	0.1	0.1	1.4	3.3
Valinitas (2)	20	7.4	0.5	0.1	1.6	0.4
Ajos	2	2.6	0.1	0.0	0.6	1.38
Sal	0.5					200
Fruta - Mandarina	150	52.5	0.9	0.45	12.9	10.35
SUB TOTAL		553.3	22.23	8.345	51.8	268.02
MEDIA TARDE						
Leche fluida de vaca	160	102.4	5.1	5.1	8.2	76.8
Azúcar rubia	10	38.0	0.0	0.0	9.8	1.1
SUB TOTAL		140.4	5.1	5.1	18.0	77.9
COMIDA						
Guiso de pollo						
Arroz Pilado o pulido crudo	50	179.5	4.1	0.3	38.9	2.0
Pollo Carne, pulpa	75	127.5	13.8	7.6	0.0	32.8
Papa blanca	150	145.5	3.2	0.2	33.5	36
Arvejas frescas	15	15.9	1.1	0.1	2.8	5.7
Zanahoria (2)	15	6.2	0.1	0.1	1.4	3.3
Tomate (4)	20	3.8	0.2	0	0.9	1.2
Ajos	1	1.3	0.1	0	0.3	0.69
Cebolla de cabeza (2)	10	4.8	0.1	0	1.1	2.6
Aceite vegetal de soya	15	132.6	0	15	0	0
Sal	0.5					200
Manzana	150	81	0.45	0	22.39	3.45
SUBTOTAL		698.2	22.98	23.295	101.29	287.75
MEDIA TARDE						
Leche fluida de vaca	160	102.4	5.1	5.1	8.2	76.8
Azúcar rubia	10	38.0	0.0	0.0	9.8	1.1
SUB TOTAL		140.4	5.1	5.1	18.0	77.9
TOTAL	1448	1871.1	70.0	51.4	237.7	876.9

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé, 2011
Fuente: Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tablas Periódicas de composición de alimentos, Linea 200
Tabla de composición de alimentos de América Latina - LatinFoods - 2010



10.2.15. Alimentación por Sonda

En general esta modalidad de alimentación se prescribe siempre que las condiciones del paciente contraindiquen la ingestión por vía oral de alimentos. Generalmente, se administra por sonda, la que puede llegar a:

- Sonda naso gástrica
- Sonda Nasoyeyunal
- Sonda de gastrostomía

Las características de este tipo de alimentación depende de la naturaleza de la alimentación:

- Fórmulas Artesanales
- Fórmulas Enterales

A. Formulas artesanales

Son preparadas mediante alimentos caseros con los que, no se puede administrar una densidad calórica adecuada por sonda, debido a que esta oscila entre 0.5 a 0.6 Kcal/cc. y es directamente proporcional a la consistencia, las que son líquidas y algunas veces dependiendo los alimentos convencionales que podamos utilizar sean incompletas.

Se administran en forma fraccionada a temperatura ambiente, puede ser en cuatro tomas o según tolerancia del paciente.

Alcance.

Para pacientes con dificultad de deglución y pacientes con parálisis cerebral infantil, y con compromiso de aparato digestivo, estenosis esofágica, fistulas entero cutáneas; resección intestinal etc.

Alimentos permitidos

Fuentes de Hidratos de carbono: sacarosa, harinas dextrinomalteadas, oligosacáridos, gelatina, avena colada, quinua, harina de maíz, sémola.

Fuentes de proteínas: carnes, pescados, homogenizados (licuados); leche descremada, claras y yema de huevo.

Fuentes de lípidos aceite de oliva, aceite de sacha inchi, aceite de girasol.

Vitaminas y elementos químicos esenciales: zumo de jugo de naranja (colado)

Verduras: zapallo, zanahoria, apio, poro, nabo cocidas y licuadas y coladas

Tubérculos: papa, papa amarilla licuada y colada

Las carnes, pescado, purés de papas o de verduras no son muy apropiados, ya que, su textura facilita la obstrucción de las sondas de alimentación; sin embargo, se utilizan coladas o de lo contrario, para sondas de gastrostomía, de luz más amplia.

La forma de administración es por émbolos para cada toma

Alimentos excluidos

Alimentos sólidos: vísceras: hígado

Alimentos que al cocinar dan una textura viscosa: féculas, maicena, chuño, harina de camote,

Alimentos con contenido de fibra insoluble: caigua, vainitas etc.



Composición de la Dieta artesanal

Energía: Se adecúa de acuerdo al grupo etario del niño y a su requerimiento según patología

Proteínas: 2 a 3 gramos /Kg de peso/ día

Grasas: 2 a 3 gramos /Kg de peso/día

Carbohidratos: 6 a 10 gr/kg/día

Esquema de alimentación

Desayuno

1 taza de leche entera

Media mañana 10.AM

Jugo frutas (piña, melón, naranja, etc) colado

Almuerzo

Licuada estándar 300 cc sin presa

Media tarde: 3:00 P.M.

Licuada estándar 300 cc sin presa

Comida 5:00 P.M.

1 Taza de Leche entera

Noche

1 taza de Leche entera

Aporte nutricional total

Este aporte depende del cada paciente y su patología; sin embargo partimos del aporte que nos da el licuado estándar que, se acondiciona según el requerimiento del paciente; su aporte es el que se indica a continuación

Licudo	Energía	Proteína	Carbohidratos	Lípidos
Contenido en 100 cc de Licuado	32.61	0.82	7.04	0.13

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tablas Peruanas de composición de alimentos, Lima 2009

Aporte nutricional total

Tiempo de Comida	Energía	Proteína	Carbohidratos	Lípidos
Desayuno	196.56	7.7	24.7	7.4
Media mañana	90.868	0.8	21.3	0.3
Almuerzo	97.8	2.5	21.1	0.4
Media tarde	97.83	2.5	21.1	0.4
Comida	196.56	7.7	24.7	7.4
Noche	196.56	7.7	24.7	7.4
Total de aporte	876.2	28.8	137.7	23.4

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tablas Peruanas de composición de alimentos, Lima 2009



Menú Tipo

DIETA LICUADA O ARTESANAL	CANT	PROT	CHO	LIP
DESAYUNO				
LECHE ENTERA	240	7.7	12.7	7.4
SUB TOTAL		7.7	12.7	7.4
MEDIA MAÑANA 10.AM				
JUGO FRUTAS (PIÑA, MELON, NARANJA,ETC) COLADO	200	0.8	16.3	0.3
AZÚCAR AL 5%	5	0	5	0.00
SUB TOTAL		0.8	21.3	0.3
ALMUERZO				
LICUADO ESTÁNDAR 300 CC SIN PRESA	300	2.46	21.12	0.39
SUB TOTAL		2.5	21.1	0.4
MEDIA TARDE: 3:00 P.M.				
LICUADO ESTÁNDAR 300 CC SIN PRESA	300	2.46	21.12	0.39
SUB TOTAL		2.5	21.1	0.4
COMIDA 5:00 P.M.				
LECHE ENTERA	240	7.7	12.7	7.4
AZÚCAR AL 5%	12	0.0	12.0	0.0
SUB TOTAL		7.7	24.7	7.4
NOCHE				
LECHE ENTERA AL TERCIO	240	7.7	12.7	7.4
AZÚCAR AL 5%	12	0.0	12.0	0.0
SUB TOTAL		7.7	24.7	7.4
TOTAL DE MACRONUTRIENTES		28.8	125.7	23.4
KILOCALORÍAS / MACRO		115.0	502.9	210.2
TOTAL DE ENERGÍA		828.2		
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO		13.9	60.7	25.4

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011
Fuente Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición, Tablas Peruanas de composición de alimentos, Lima 2009



B. Dietas enterales

Consiste en la administración por vía digestiva, de alimentos especiales, llamados dietas enterales; se emplea en aquellos pacientes que, conservan el peristaltismo intestinal, pero que no son capaces de ingerir los alimentos por vía oral; los alimentos son administrados por una sonda de alimentación.

La forma de alimentación puede ser por émbolos, cada cierto tiempo; por goteo continuo mediante una bomba de infusión en la que se maneja de 25 cc a 120 cc por minuto en 20 horas; con reposo gástrico de cuatro horas.

Alimentos permitidos

Son productos farmacéuticos para uso enteral pueden ser en forma de polvo o en forma líquida. La mayoría de ellos presenta una concentración de hidratos de carbono, proteínas y lípidos de acuerdo con la alimentación equilibrada.

Fórmulas polimérica pediátricas: las que contienen todos los macronutrientes

Fórmulas monoméricas: módulos calóricos (malto dextrinas) y módulos proteicos (caseinato de calcio, proteína aislada del suero de leche; proteína aislada de soya)

Fórmulas con proteína parcialmente hidrolizada

Fórmulas con proteína hidrolizada.

Alcance:

Para pacientes con dificultad de deglución y pacientes con Parálisis cerebral infantil, y con compromiso de aparato digestivo, estenosis esofágica, fistulas entero cutáneas; resección intestinal, que presentan el estado nutricional en desmedro etc.

Alimentos excluidos

Todos los alimentos convencionales

Composición de la Fórmula enteral

Energía: Se adecúa de acuerdo al grupo etario del niño y a su requerimiento según patología

Carbohidratos: 50%

Lípidos: 30 al 35%

Proteínas: 12 al 15%

Esquema de Alimentación (cuando se administra por émbolos)

En pacientes pediátricos depende de cada cuántas horas se le va administrar:

Frecuencia	Numero de Tomas	Horario
Cada 2 horas	12	6 ^a .m., 8 ^a .m., 10 ^a .m., 12 ^a .m., 2p.m., 4p.m., 6p.m., 8p.m., 10p.m., 12p.m., 2 ^a .m., 4 ^a .m.
Cada 3 horas	8	6 ^a .m., 9 ^a .m., 12p.m., 3p.m., 6p.m., 9p.m., 12 ^a .m., 3 ^a .m.
Cada 4 horas	6	6 ^a .m., 12p.m., 6p.m., 12p.m.
Cada 6 horas	4	8 a.m., 12p.m., 4p.m., 8p.m.

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente: Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tablas Peruanas de composición de alimentos, Lima 2009



Aporte nutricional total

Formula Enteral	Dilución Recomendada	Energía	Proteínas	Lípidos	Carbohidratos
Pedisure Base	21%	496	14.9	24.7	54.3
Pediasure Plus	21%	537.15	13.87	18.19	61.3
Modulo Calórico	5%	380			94
Modulo proteico		380	92	1.2	0.3

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Menú Tipo

NOMBRE

LUCIANA

PESO	11.22	MACRO	%	Kcal	g/DÍA	g/Kg
	Kcal 1571	PROTEINAS	9%	141.4	35.3	3.2
		LIPIDOS	36%	565.6	62.8	5.6
		CHO	55%	864.1	216.0	19.3

FECHA: 23/10/2011

VALORACION DE LA INGESTA	CANTIDAD	ENERGIA	PROTEINA	CHO	LIP
MÓDULO CALÓRICO AL 5.4%	65	247	0	61.75	0
ACEITE VEGETAL AL 1.42%	17	153	0	0	17
PEDIASURE 21% 200 X 6 TOMAS	252	1170.3	35.0	154.5	45.8
TOTAL DE MACRONUTRIENTES		1570.3	35.0	216.2	62.8
KILOCALORÍAS / MACRO			139.8	864.9	585.5
TOTAL DE ENERGÍA		1570.26			
PORCENTAJE DE KCal/ MACRO			8.9	55.1	36.0
MACRONUTRIENTES POR kg			3.1	19.3	5.6

Elaborado por: Servicio de Nutrición Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011

Fuente Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tablas Peruanas de composición de alimentos, Lima 2009



10.2.16. Formulas artificiales

El periodo de la lactancia materna exclusiva significa para el niño el único periodo en el que con un solo alimento pueda cubrir absolutamente todas sus necesidades. La leche humana es un fluido dinámico cuya composición cambia y se adecúa de modo perfecto a las necesidades nutricionales y fisiológicas del recién nacido. A pesar de que su aporte nutricional es relativamente pequeño, comparado con la leche de vaca, la biodisponibilidad de sus nutrientes es tan alta que es suficiente para el niño.

Las formulas artificiales son productos destinados a la alimentación artificial de la lactante elaborados a base de la leche de vaca o en casos particulares, a base de proteína de soya.

Clasificación

Fórmula de inicio: Está indicada para lactantes menores de seis meses; cubre por sí sola todas las necesidades nutritivas del lactante, pudiendo ser utilizada junto otros alimentos hasta el año de edad.

Fórmula de continuación: Indicada a partir de los cuatro ó seis meses de vida hasta el año.

Fórmula unitaria: Constituye una fórmula única para toda la lactancia; es decir de cero a doce meses.

Leche de seguimiento: recomendada para lactantes mayores de un año. Tiene composición similar a la de la leche semidescremada de vaca. Normalmente se encuentra fortificada.

Fórmulas sin lactosa: Son muy semejantes a las fórmulas de inicio. La lactosa es sustituida por glucosa o dextrinomaltoza. Su uso tiene indicaciones temporales por intolerancia a la lactosa. Déficit de disacaridasas.

Fórmulas antirreflujo: estas fórmulas contienen espesantes que aumentan la viscosidad de la leche; los espesantes que utiliza la industria son almidones de maíz, arroz o celulosa o harina de algarrobo, con el fin de ejercer un efecto tampón sobre el ácido gástrico es que el aporte proteico es caseína predominante 20/80.

Formulas Hipoalergénicas: son fórmulas de hidrolizadas de la proteína de la vaca, con el fin de disminuir la antigenicidad y por ende la sensibilización del lactante. Pueden ser parcialmente hidrolizadas o completamente hidrolizadas.

Fórmulas pretérminos

Se caracterizan por contener un mayor porcentaje de proteínas y por ende, de minerales en comparación con las fórmulas de inicio. Poseen combinaciones de la lactosa y polímeros de glucosa para evitar una elevada osmolaridad y un contenido de grasas con predominio de triglicéridos de cadena media con el fin de mejorar la absorción intestinal.

Alcance:

No se recomienda cuando la leche materna puede tener algún efecto nocivo para el niño como sucede cuando la madre recibe tratamiento de quimio terapia o consume drogas o padece de VIH; cuando el niño padece de alteraciones anatomo funcionales en la cavidad oral que le



impidan tomar el pecho, la falta del reflejo de succión o alguna patología relacionada con el tracto gastrointestinal. También es utilizada como suplemento para el niño lactado a pecho que no gana peso, presenta intolerancia a la lactosa, gastroenteritis agudas, síndrome de mala absorción, reflujo gastroesofágico, niños pre término.

Composición de las Fórmulas artificiales: La composición nutricional en 100 cc de diferentes tipos de fórmulas artificiales.

Macro Nutriente	Leche materna	Leche de Vaca	Formula de Inicio	Formula de Continuación
Energía (Kcal)	66	65	64-72	60 – 85
Proteínas (g)	0.9	3.4	1.2 – 1.9	2.0 – 3.7
Lípidos (g)	3.8	3.7	2.7 – 4.1	2.0 – 4.0
Carbohidratos (g)	7.0	4.8	5.4 – 5.2	5.7 – 8.6

Fuente: Sociedad Venezolana De Puericultura y Pediatría "Nutrición Pediátrica", Ed. Médica Panamericana, Venezuela, 2009.

Esquema de alimentación

Para realizara el esquema se considera la frecuencia de cada cuantas horas se le debe administrar al niño, la fórmula artificial de la cual se desprende el numero de tomas y los horarios que se van a utilizar. (Ver cuadro siguiente).

Frecuencia	Numero de Tomas	Horario
Cada 2 horas	12	6 ^a .m., 8 ^a .m., 10 ^a .m., 12 ^a .m., 2p.m., 4p.m., 6p.m., 8p.m., 10p.m., 12p.m., 2 ^a .m., 4 ^a .m.
Cada 3 horas	8	6 ^a .m., 9 ^a .m., 12p.m., 3p.m., 6p.m., 9p.m., 12 ^a .m., 3 ^a .m.
Cada 4 horas	6	6 ^a .m., 12p.m., 6p.m., 12p.m.
Cada 6 horas	4	8 a.m., 12p.m., 4p.m., 8p.m.

Elaborado por: Servicio de Nutrición- Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé- 2011



11. Procesos y/o Procedimientos.

11.1. Ficha de Información Preliminar del Procedimiento

Denominación de procedimiento

La indicación, solicitud y recepción de dietas de pacientes hospitalizados por las unidades periféricas.

Objetivo

Contribuir a la recuperación del paciente hospitalizado ofreciéndole una dieta adecuada para satisfacer sus requerimientos nutricionales en forma integral según patología.

Nº ORDEN	ACTIVIDAD	TAREA	UNIDAD ORGANICA QUE EJECUTA LA TAREA
01	Visita médica	Evaluación nutricional a pacientes hospitalizados.	Nutricionista
02	Reporte	Indicación del tipo de dieta que recibirá cada paciente de acuerdo a su patología.	Nutricionista
03	Pedido	Solicitud de Cantidad de raciones y tipo de dietas de dietas según número de pacientes y patología	Nutricionista
03	Verificación	Cantidad de raciones y tipo de dietas que fueron solicitadas según número de pacientes.	Técnico en Nutrición
04	Supervisión	Supervisar que se cumpla con la Buenas Prácticas de Manipulación	Nutricionista
05	Entrega	Reparto de dietas a cada paciente de hospitalización.	Técnico en Nutrición

11.2. Ficha de Descripción del procedimiento

Distribución de dietas a pacientes hospitalizados de las unidades periféricas.

Propósito

Que las dietas completas y especiales, indicadas por la nutricionista deben cumplir con los requerimientos nutricionales solicitados y, lleguen al paciente correcto.

Alcance

Los alimentos deben salir de la repostería a las salas de hospitalización en estado óptimo de temperatura y en el horario establecido para ser consumido.

Marco legal

- Código Internacional de Prácticas Recomendado - Principios Generales de Higiene de Los Alimentos - CAC/RCP 1-1969, Rev. 4 (2003) Codex Alimentarius.
- Reglamento sobre Vigilancia y Control Sanitario de Alimentos y Bebidas- D.S. 007-98-SA
- Norma Sanitaria para Aplicación del Sistema HACCP en la fabricación de Alimentos y Bebidas; Anexo R.M.449-2006/MINSA
- Norma sanitaria para el funcionamiento de Restaurantes y servicios afines R.M. N° 363-2005/MINSA



11.3. Descripción de procedimientos

Inicio

1. Prescripción del tipo de dieta. Conteo del total de dietas a preparar.
2. Solicitar los tipos de dietas que serán distribuidas a pacientes hospitalarios.
3. Recojo de dietas completas y dietas del Área de cocina central.
4. Transporte de las dietas completas y especiales en coches térmicos hacia las unidades periféricas de hospitalización.
5. Reparto de las raciones a pacientes hospitalizados con la supervisión de la nutricionista.

Definición:

Proceso de reparto de raciones a pacientes hospitalizados.

Registro

Total de raciones atendidas a pacientes de hospitalización son registradas en los siguientes formatos:

- Formato de Monitoreo de dietas diario
- Formato del Pedido total de dietas por tipo y preparaciones especiales.
(Formato MDIET-008)
- Formato de Distribución de dietas Normales (Formato MDIET-009)
- Formato de Distribución de dietas especiales (Formato MDIET-010)
- Indicadores conteniendo N° de cama, tipo de dieta, preparación especial

11.4. Recepción de Quejas y Correcciones

a) Objetivo:

- Optimizar la atención y satisfacción del paciente hospitalizado.
- Evitar la incidencia de eventos adversos.

b) Responsables

Nutricionista Coordinador de Hospitalización
Nutricionista encargado por área
Personal Técnico o Auxiliar de Nutrición

c) Procedimiento

- 1° Recepción de la queja
- 2° Corroboración del incidente
- 3° Acciones correctivas
- 4° Registro de quejas

d) Registro

MDIET-011



11.5. Preservación de Registros

a) Objetivo:

Contar con evidencia de las acciones realizadas mediante el manual de dietas del servicio de nutrición.

b) Responsables

Nutricionista Coordinador de Hospitalización
Nutricionista encargado por Área

c) Procedimiento

- 1° Almacenamiento en archivadores identificados (registrando mes, año y número de formato)
- 2° Mantener en oficina los formatos de los últimos 3 años.
- 3° Enviar al almacén central formatos mayores de 3 años
- 4° Registro de la preservación de formatos.

d) Registro

MDIET-012: Preservación de Registros



12. Niveles de Responsabilidad

- Departamento de Apoyo al Tratamiento
- Servicio de Nutrición

Licenciados en Nutrición (Nutricionista III, II Y I):

Nutricionista III: Supervisa y coordina el desarrollo de actividades Técnico administrativas del servicio de Nutrición y Dietética a fin de promover, proteger y recuperar la salud nutricional del paciente.

Nutricionista II:

Coordina y ejecuta las actividades de terapia nutricional y educación alimentaria de pacientes hospitalizados con el fin de proteger y recuperar la salud nutricional tanto de Mujeres hospitalización y Pacientes Pediátricos hospitalización.

Nutricionista I:

Supervisa y ejecuta actividades de terapia nutricional y educación alimentaria de pacientes hospitalizados con el fin de proteger y recuperar la salud nutricional.

Auxiliar de Nutrición II, III

Recoger y servir diariamente los alimentos preparados en cocina central y dietas según el menú programado para el desayuno almuerzo y cena de los pacientes y el personal que labora en el hospital.

Nutricionista Producción

Coordina, programa y ejecuta las actividades de producción para una buena elaboración de menús y dietas para garantizar la atención integral del paciente y personal.

Personal Técnico en Nutrición I, II, III

Ejecuta los procesos de elaboración de menús y dietas de acuerdo a las especificaciones técnicas establecidas garantizando una alimentación de calidad.



13. Formatos

- MDIET-001: Realizar el Tamizaje nutricional de pacientes adultas mujer,
- MDIET-002: Realizar el Tamizaje nutricional pacientes pediátricos
- MDIET-003: Evaluación Nutricional de los pacientes Adultas mujeres
- MDIET-004: Evaluación Nutricional de los pacientes pediátricos priorizados
- MDIET-005 : Seguimiento y progresión de la dieta
- MDIET-006 : Aporte nutricional total
- MDIET-007 : Esquema de Alimentación
- MDIET-008: Pedido total de dietas por tipo y preparaciones especiales.
- MDIET-009 : Distribución de dietas Normales
- MDIET-010 Distribución de dietas especiales
- MDIET-011: Recepción de Quejas y acciones correctivas
- MDIET-012: Preservación de Registros



14. Flujo- Grama

Usuario	Inicio	Servicio Nutrición y Dietética	Unidades Periféricas	Fin
Nutricionista	1. visita médica para realizar la evaluación nutricional del paciente.			Actividades finalizadas
Nutricionista	2. Cálculo de los requerimientos nutricionales.			
Nutricionista	3. Indicar el tipo de dieta que recibirá el paciente.			
Nutricionista		4. Solicitar las dietas prescritas al área de producción.		
Técnico de Nutrición		5. Recojo de raciones solicitadas, completas y especiales para su distribución en hospitalización cumpliendo con todas las normas de bioseguridad.		
Técnico de Nutrición		6. servido de dietas para emergencia y URO.	7. Reparto de dietas a emergencia pediátrica y la sala de URO.	
Nutricionista			8. Transporte de coches térmicos a hospitalización.	
Técnico de Nutrición			9. Servido de las raciones completas y raciones con balance, volumen y etiquetado de acuerdo al requerimiento y diagnóstico del paciente.	
Nutricionista			10. Supervisa el reparto y cumplimiento de las dietas normales y especiales en hospitalización.	
Técnico de Nutrición			11. Recojo de vajilla de las salas de hospitalización.	
Técnico de Nutrición			12. Lavado, conteo y esterilizado de vajilla.	



15. Anexos

MDIET-001: Tamizaje Nutricional de Paciente Adulta Mujer

(Seleccione la categoría apropiada con una marca, o un valor numérico donde esté indicado con "#".)

A. Antecedentes:

1. Cambio de peso

Pérdida en general en los pasados seis meses: cantidad = # _____ kg. % de pérdida = # _____

Cambios en las últimas dos semanas: _____ incremento _____ sin cambio _____ disminución

2. Cambio en la ingesta dietética (relativo a lo normal)

_____ Sin cambios.

_____ Cambios _____ duración = # _____ semanas.

_____ Tipo: _____ dieta sólida subóptima _____ dieta líquida

_____ Líquidos hipocalóricos, _____ inanición.

3. Síntomas gastrointestinales (que duran > 2 semanas)

_____ ninguno, _____ náusea, _____ vómito, _____ diarrea, _____ anorexia.

4. Capacidad funcional

_____ Sin disfunción (p. ej., a toda capacidad).

_____ Disfunción _____ duración = # _____ semanas.

_____ Tipo: _____ trabajando subóptimamente

_____ Ambulatorio.

_____ En cama.

5. Enfermedad y su relación con requerimientos nutricionales

Diagnóstico primario (especificar)

Demandas metabólicas (estrés): _____ sin estrés _____ estrés bajo

_____ estrés moderado _____ estrés alto.

B. Física (especifique: 0 = normal, 1+ = leve, 2+ = moderada, 3+ = intensa)

_____ pérdida de grasa subcutánea (hiceps, torax)

_____ atrofia muscular (cuadriceps, deltoides)

_____ edema en tobillo

_____ edema sacro

_____ ascitis

C. Clasificación VGS (seleccione una)

_____ A = bien nutrido

_____ B = moderado (o sospecha de estar desnutrido)

_____ C = gravemente desnutrido

MDIET-002: Tamizaje Nutricional de Paciente Pediátrico

58

Evaluación nutricional del niño

Nivel 1 Riesgo Alto

Embarazo adolescente
Fibrosis quística (reciente diagnóstico)
Insuficiencia renal aguda
Falla para progresar / Desnutrición
Errores innatos del metabolismo

Malabsorción
Síndrome nefrótico
Nuevo trasplante de médula
Nueva sonda de alimentación a largo plazo
Nueva nutrición parenteral total

Nivel 2 Riesgo Moderado

Anemia
Anorexia
Obstrucción intestinal
Cáncer
Parálisis cerebral
Enfermedad cardíaca, comunicación
interauricular, persistencia de ducto
arterial, comunicación interventricular
Cetoácidos diabéticos / Diabetes recién
diagnosticada
Diarrea aguda
Síndrome de Down
Reflujo gastroesofágico
Enfermedad de Hirschprung
VH
Síndrome hemolítico-urémico
Trasplante de órgano sólido
Enfermedad inflamatoria intestinal
(Enfermedad de Crohn, colitis ulcerativa)

Enfermedad hepática
Neutropenia
Neumonía
Pielonefritis
Estenosis pilórica
Virus sincitial respiratorio
Paro respiratorio
Anemia de células falciformes (crisis)
Intestino corto
Síndrome de Steven Johnson
Trombocitopenia
Alimentación por sonda (establecida)
Nutrición parenteral total
Vómitos
Fibrosis quística (establecida)

Nivel 3 Riesgo leve

Apendicitis
Asma
Bacteremia
Labio leporino/paladar hendido
Croup
Deshidratación
Fiebre
Gastroenteritis
Hepatitis
Hidrocefalia
Meningitis
Nudo roncador de altopo

Ingestión no-cáustica
Problemas ortopédicos/cirugía
Distrés respiratorio/Enfermedad de vías
Respiratorias
Desórdenes convulsivos
Iscoliosis
Sepsis
Donante de órgano sólido
Cirugía (general)
Infección de tracto urinario
"Shunt" ventrículo-pulmonar

Tabla 3-8. Niveles de riesgo nutricional de Urevis & Shohet (1992)
Fuente:





**Departamento de Apoyo al Tratamiento
Servicio de Nutrición**

MDIET-003: Evaluación Nutricional de Pacientes Adultas Mujeres

Servicio :				FECHA :			
Nombre y Apellido				EDAD :			
N° Historia Clínica				N° Cama			
Diagnóstico clínico							
Evaluación Nutricional	Evaluación Antropométrica nutricional		Peso:	Talla:	IMC Pregst.		
	Evaluación de Signos Clínicos	Piel:	Mucosas:	Cabello:	Lengua:	Apetito:	
	Integridad del sistema digestivo						
	Evaluación Bioquímica nutricional	Hb	Creatinina	Glucosa	Colesterol	TG	
	Evaluación Inmunológico Nutricional			Linfocitos	RCTL	Estado	
Conclusión Diagnóstica Nutricional				CIE 10 :			
Tratamiento Nutrioterapéutico							
Tratamiento Dietoterapéutico							
Prescripción Dietética							
Monitoreo	Fechas						
Tto Nutrioterapéutico							
Proteínas (g/kg/día)							
Peso - Hospitalización							





MDIET-004: Evaluación Nutricional de los Pacientes Pediátricos Priorizados

Servicio :					FECHA :	
Nombre y Apellido						
N° Historia Clínica						
Diagnóstico clínico						
Evaluación Nutricional	Evaluación Antropométrica nutricional	Peso:	Talla:	Edad:	P/T	P/E
					T/E	IMC
	Integridad del sistema digestivo					
	Evaluación de Signos Clínicos	Piel:	Mucosas:	Cabello:	Lengua:	Apetito:
	Evaluación Bioquímica nutricional	Hb	Creatinina	Glucosa	Colesterol	TG
	Evaluación -Inmunológico Nutricional			Linfocitos	RCTL	Estado
Conclusión Diagnóstica Nutricional				CIE 10 :		
Tratamiento Nutrioterapéutico						
Tratamiento Dietoterapéutico						



MDIET-004: Evaluación Nutricional de los Pacientes Pediátricos Priorizados

Prescripción Dietética							
Monitoreo	Fechas						
Tto Nutrioterapéutico							
Proteínas (g/kg/día)							
Peso - Hospitalización							

NUTRICIONISTA RESPONSABLE



MES

[illegible]



Departamento de Apoyo al Tratamiento
Servicio de Nutrición

MDIET-006 : Aporte Nutricional Total

APORTE NUTRICIONAL DE LA DIETA	CANTIDAD	ENERGIA	PROTEINA	LIPIDOS	CARBOHIDRATOS
TOTAL DE MACRONUTRIENTES					
KILOCALORIAS / MACRO					
TOTAL DE ENERGIA					
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO					
MACRONUTRIENTES POR kg					

Nutricionista Responsable





MDIET-007 : Esquema de Alimentación

ESQUEMA		
Servicio :		FECHA :
Nombre y Apellido		
N° Historia Clínica		N° Cama
Diagnóstico clínico		
Desayuno		
1/2 Mañana		
Almuerzo		
1/2 Tarde		
Comida		
Recomendaciones		

Nutricionista Responsable



MDIET-008: Pedido total de dietas por tipo y preparaciones especiales.

PEDIDO TOTAL DE DIETAS Y PREPARACIONES ESPECIALES

SERVICIO

FECHA

TIEMPO DE COMIDA

DESAYUNO

ALMUERZO

COMIDA

DIETA	CANTIDAD
ACII	
ACIII	
DC	
Antialerg	
H.grasa	
H.glucida	
H.sodica	
Puré con Leche	
Puré s/L	
Arroz	
Arroz s/ sal	
Ensalada	
Mazamorra s/L	
Mazamorra c/L	
Otros	

Nutricionista Responsable





Departamento de Apoyo al Tratamiento
Servicio de Nutrición

MDIET-009 : Distribución de Dietas Normales

ENTREGA DE REGIMENES NORMALES													MDIET-009				
DESAYUNO													Fecha :				
SERVICIO	COMPLETAS							BLANDAS					COMPLI	TOTAL			
	N° PACIE	NUTR	PERISTEC	AVENA	LECHE	PAN	LECHE		PACIENTE	AVENA	PAN	LECHE		PAN	LECHE	AVENA	PAN
GINECO																	
UCL																	
SALA PARTOS																	
OBSTETRICIA																	
NUTR. CONS																	
CONS																	
MACR. ACOMP																	
PUERPERIO																	
MEDICINA																	
CIRUGIA																	
MAD. PROV																	
COMEDOR																	
FORMULAS																	
PRODUCCION																	
DIETAS																	
ALMACEN																	
JEFATURA																	
NUTR. PEDIAT																	
NUTR. PRODUC																	
SECRETARIA																	
FINCA ADM																	
TOTAL																	

Nutricionista Responsable





Departamento de Apoyo al Tratamiento
Servicio de Nutrición

MDIET-009 : Distribución de Dietas Normales

ENTREGA DE REGIMENES NORMALES

ALMUERZO						COMIDA					
FECHA :						FECHA : Fecha :					
Servicio	Progr.	Ejecutado	Tec. Nutr	Nutric.	Total	Servicio	Progr.	Ejecutado	Tec. Nutr	Nutric.	Total
GINECOLOGIA						GINECOLOGIA					
UCI						UCI					
OBSTETRICIA						OBSTETRICIA					
NUTR. CONSULT						NUTR. CONSULT					
TEC. CONSULT						TEC. CONSULT					
MADRES ACOMPAÑ						MADRES ACOMPAÑ					
PUERPERIO						PUERPERIO					
MEDICINA						MEDICINA					
CIRUGIA						CIRUGIA					
MADRES PROVINCIA						MADRES PROVINCIA					
COMEDOR						COCINA CENTRAL					
FORMULAS						DIETAS					
PRODUCCION						FORMULAS					
DIETAS											
ALMACEN						TOTAL					
JEFATURA											
Nutr. Pediatría						TOTAL COMIDA					
Nutr. PRODUCCIÓN											
SECRETARIA											
TECNICA ADMINIST											
TOTAL						TOTAL CENA					
ADICIONAL											
TOTAL GENERAL											

Nutricionista Responsable



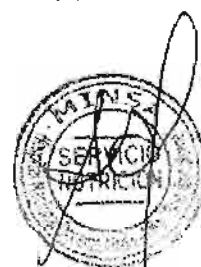


Departamento de Apoyo al Tratamiento
Servicio de Nutrición

MDIET-010 Distribución de Dietas Especiales

CODIGO: MDIET-010												DIA :				
	GINECO		UCI		OBSTET		PUERP		MEDICINA		CIRUGIA		URO		EMERG	
	PROG	EJECUT	PROG	EJECUT	PROG	EJECUT	PROG	EJECUT	PROG	EJECUT	PROG	EJECUT	PROG	EJECUT	PROG	EJECUT
DIETA BLANDA																
DIETA BLANDA SIN RESIDUO																
DIETA THEVENON																
DIETA SECA																
ABLACTANCIA I																
ABLACTANCIA II																
ABLACTANCIA III																
HIPOALERGICA																
HIPOGRASA																
HIPOSDICA																
HIPOGLUCIDA																
LIQUIDA AMPLIA																
LIQUIDA RESTRINGIDA																
CALDO																
ENSALADA																
MAZAMORRA SIN LECHE																
PURE SIN LECHE																
TOTAL COMIDA																

Nutricionista Responsable





Departamento de Apoyo al Tratamiento
Servicio de Nutrición

MDIET-011: Recepción de Quejas y Acciones correctivas

Fecha	Servicio	Queja	Evento Adverso	Corroboración de Incidente	Acción Correctiva	Firma Encargado

V° B° Nutricionista Encargada





*Departamento de Apoyo al Tratamiento
Servicio de Nutrición*

MDIET-012: Preservación de Registros

[illegible]

Vº Bº Nutricionista Encargada

123

da

16. Bibliografía

1. F. Argüelles M.; M.D. García N. And Et Al; "Tratado de Gastroenterología, Hepatología Y Nutrición Pediátrica". Ed. Océano; Barcelona, 2011.
2. Generalitat Valenciana – Conselleria De Sanitat, "Protocolo de Nutrición Enteral"; Hospital Virgen De Los Lirios De Alcoy, Diciembre De 2010.
3. R. Cruz, "Fundamentos de La Nutriología Pdediátrica"; Perú, 2010; Tomo I.
4. R. Cruz, "Fundamentos de La Nutriología Pdediátrica"; Perú, 2010; Tomo I.
5. LatinFoods, Tabla de Composición de Alimentos de América Latina, 2010.
6. José Mataix Verdú. "Nutrición Y Alimentación Humana". España 2009. Tomo I.
7. José Mataix Verdú. "Nutrición Y Alimentación Humana". España 2009. Tomo II.
8. Sociedad Venezolana de Puericultura y Pediatría "Nutrición Pediátrica"; Ed. Médica Panamericana, Venezuela, 2009.
9. Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación y Nutrición; "Tablas Peruanas de Composición de Alimentos"; Lima Perú; 2009. Publicación aprobada por R.J.N°121-2008-OPD/INS.
10. MINSA, Instituto Nacional de Salud, Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. Tabla De Dosificación de Alimentos Para Servicios de Alimentación Colectiva. 2005. Documento de Referencia: ISBN9972-857-43-3.
11. D^a. Alicia de Miguel García, Dirección General de Servicios Sociales-, Servicios de Farmacia Socio Sanitarios. Conselleria de Bienestar Social "Protocolo de Valoración Nutricional"; Primera Edición: Junio 2004.
12. R.M. N°126-2004/MINSA; INS; "Lineamientos de Nutrición Materno Infantil del Perú"; Lima- Perú, 2004.
13. Senc. "Guías de La Alimentación Saludable". Barcelona, 2004.
14. Organización Panamericana de La Salud. "Conocimientos Actuales de Nutrición". 2003.
15. Shils Me. "Nutrición en Salud y Enfermedad". Ed. McGraw-Hill, Madrid, 2002.
16. MINSA, Instituto Nacional de Salud - Centro Nacional de Alimentación Y Nutrición; "Tabla de Composición de Alimentos Industrializados"; Lima Perú; 2002. Publicación aprobada por R.J.N°073-2002-J-OPD/INS.
17. Martín Gonzales Isabel Et Al; "Manual de Dietoterapia"; Ed. Ciencias Médicas; Cuba, 2001.
18. Longo E, Navarro E. "Técnica Dietoterápica". Editorial El Ateneo. Argentina 1998.
19. Nelson Jk. Dietética Y Nutrición. Manual de La Clínica Mayo, 1996.
20. Mahan- Arlin; "Krause – Nutrición Y Dietoterapia"; Ed. Interamericana- Mc Graw-Hill.; México, 1995.
21. Olivares Sonia, "Alimentación y Dietoterapia"; ed: 2da; Barcelona; 1992.
22. IIN; "Nutrición Infantil"; ABBOTT LABORATORIOS; Perú; 1991.
23. INEN; "Manual de Nutrición"; Lima- Perú; 1990.

