



PERU

Ministerio
de SaludHospital Nacional Docente
Madre-Niño "San Bartolomé"N° 285 2018-DG-HONADOMANI-SB

Resolución Directoral

Lima, 05 de Diciembre de 2018

Visto, el expediente N° 15902-18;

CONSIDERANDO:

Que, los artículos I y II del Título Preliminar de la Ley N° 26842, Ley General de Salud, disponen que la salud es condición indispensable del desarrollo humano y medio fundamental para alcanzar el bienestar individual y colectivo y que su protección es de interés público; por tanto, es responsabilidad del Estado regularla, vigilarla y promoverla;

Que, mediante Resolución Ministerial N° 850-2016/MINSA de fecha 28 de octubre del 2016, se resolvió aprobar el documento denominado "Normas para la elaboración de Documentos Normativos del Ministerio de Salud", cuyo objetivo general es establecer las disposiciones relacionadas con los procesos de formulación, aprobación, modificación y difusión de los documentos normativos que expide el Ministerio de Salud, en el marco del proceso de descentralización;

Que, mediante Nota Informativa N° 317-SN-HONADOMANI-SB-2018 de fecha 16 de octubre de 2018, la Jefe del Servicio de Nutrición remite al Jefe del Departamento de Apoyo al Tratamiento el Manual de Dietas del Servicio de Nutrición 2018, en su segunda versión, para su aprobación;

Que, a través de la Nota Informativa N° 1231-2018-DAT-HONADOMANI-SB de fecha 17 de octubre de 2018, el Jefe del Departamento de Apoyo al Tratamiento remite al Director Ejecutivo de la Oficina Ejecutiva de Administración el Manual de Dietas del Servicio de Nutrición 2018 para que sea elevado a la Coordinadora Técnica de Monitoreo Institucional para su revisión y aprobación;

Que, por intermedio de la Nota Informativa N° 169-2018-CMI-HONADOMANI-SB de fecha 22 de octubre de 2018, la Coordinadora Técnica de Monitoreo Institucional informa al Director Adjunto que el Manual de Dietas del Servicio de Nutrición 2018 debe ser enviado a la Oficina de Gestión de la Calidad para el cumplimiento de la actividad correspondiente y el trabajo conjunto con el Servicio de Nutrición;

Que, mediante Informe N° 028-J-OGC-2018-HONADOMANI-SB de fecha 07 de noviembre de 2018, la Oficina de Gestión de la Calidad pone en conocimiento del Director Adjunto las observaciones realizadas al Manual de Dietas del Servicio de Nutrición 2018 para que sean atendidas por el área técnica;

Que, a través de la Nota Informativa N° 365-SN-HONADOMANI-SB-2018 de fecha 13 de noviembre de 2018, la Jefe del Servicio de Nutrición remite al Jefe del Departamento de Apoyo al Tratamiento el Manual de Dietas del Servicio de Nutrición 2018 con el levantamiento de las observaciones realizadas por la Oficina de Gestión de la Calidad;





Que, por intermedio del Memorando N° 1081-2018-D.A.T-HONADOMANI-SB de fecha 14 de noviembre de 2018, el Jefe del Departamento de Apoyo al Tratamiento remite a la Oficina de Gestión de la Calidad el Manual de Dietas del Servicio de Nutrición 2018 con el levantamiento de las observaciones realizadas;

Que, con Informe N° 033-J-OGC-2018-HONADOMANI-SB de fecha 16 de noviembre de 2018, la Oficina de Gestión de la Calidad emite opinión favorable sobre el Manual de Dietas del Servicio de Nutrición 2018;



Que, mediante Nota Informativa N° 1547-2018-DAT.HONADOMANI.SB de fecha 21 de noviembre de 2018, el Jefe del Departamento de Apoyo al Tratamiento informa al Director General que las observaciones realizadas por la Oficina de Gestión de la Calidad al Manual de Dietas del Servicio de Nutrición 2018 han sido levantadas, por lo que le solicita que se continúe con el trámite de oficialización de dicho documento;

Que, a través del Memorando N° 351-.2018.DG.HONADOMANI.SB de fecha 04 de diciembre de 2018 el Director General del HONADOMANI solicita al Jefe de la Oficina de Asesoría Jurídica proyectar la Resolución Directoral que apruebe el Manual de Dietas del Servicio de Nutrición 2018;

Con la visación de la Dirección Adjunta y de la Oficina de Asesoría Jurídica del Hospital Nacional Docente Madre Niño "San Bartolomé";

En uso de las atribuciones y facultades conferidas al Director General del Hospital Nacional Docente Madre Niño "San Bartolomé", mediante Resolución Ministerial N° 083-2018/MINSA y de la Resolución Ministerial N° 884-2003-SA/DM, que aprueba el Reglamento de Organización y Funciones del Hospital Nacional Docente Madre Niño "San Bartolomé";

SE RESUELVE:

Artículo Primero.- APROBAR el Documento Técnico "MANUAL DE DIETAS" del Servicio de Nutrición del Departamento de Apoyo al Tratamiento del Hospital Nacional Docente Madre Niño "San Bartolomé", el cual consta de ciento veintitrés (123) folios, que se adjuntan a la presente Resolución Directoral debidamente visados.

Artículo Segundo.- DISPONER que el Servicio de Nutrición del Departamento de Apoyo al Tratamiento implemente la difusión interna del Documento Técnico "MANUAL DE DIETAS" del Hospital Nacional Docente Madre Niño "San Bartolomé".

Artículo Tercero.- DISPONER que la Oficina de Estadística e Informática, a través del responsable del Portal de Transparencia de la Institución, se encargue de la publicación del Documento Técnico "MANUAL DE DIETAS" del Hospital Nacional Docente Madre Niño "San Bartolomé", aprobado por la presente Resolución Directoral, en la Dirección Electrónica www.sanbartolome.gob.pe.

Regístrese y Comuníquese

HONADOMANI - "SAN BARTOLOME"
UNIDAD DE INFORMATICA

IAS/CCA/cdr
C.C.

11 DIC. 2018

RECIBIDO

11/12/2018

Serv. de Nutrición

- * DA
- * DAT
- * OGC
- * OAJ
- * OEI
- * Archivo

MINISTERIO DE SALUD
HOS. DOCENTE MADRE NIÑO "SAN BARTOLOME"

M.C. ILDAURIC AGUIRRE SOSA
Director General(a)
CMP 27684 RNE 10078

SECRETARÍA DE ASISTENCIA
JEFATURA DE SERVICIOS DE SALUD
HOSPITAL NACIONAL DOCENTE MADRE NIÑO
SAN BARTOLOME
DOMINGO A. GARCÍA RENDO

SR. RODOLFO MELCHOR ANICAMA GÓMEZ
FEDATARIO

Reg. N° Fecha: 06 DIC. 2018

Instituto de Gestión de Servicios de la Salud
HONADOMANI "SAN BARTOLOME"
OFICINA DE ESTADÍSTICA E INFORMÁTICA

07 DIC. 2018

RECIBIDO

Hora: Firma:

HOSPITAL NACIONAL DOCENTE MADRE NIÑO
"SAN BARTOLOME "

DEPARTAMENTO DE APOYO AL TRATAMIENTO

MANUAL DE DIETAS

SERVICIO DE NUTRICION

Lic. Silvia Carmen Ruiz Cruz

Jefe del Servicio de Nutrición

2018



HOSPITAL NACIONAL DOCENTE MADRE NIÑO
"SAN BARTOLOMÉ"

DEPARTAMENTO DE APOYO AL TRATAMIENTO

MANUAL DE DIETAS DEL
SERVICIO DE NUTRICION

2018



Índice

1. Introducción	3
2. Finalidad	4
3. Objetivos	4
3.1 Objetivo General	
3.2 Objetivo Especifico	
4. Base Legal	4
5. Ámbito de Aplicación	5
6. Aspectos Técnicos Conceptuales	5
7. Disposiciones Generales	7
8. Disposiciones Específicas	7
9. Tratamiento Dieto terapéutico en Hospitalización Mujeres	8
9.1 Dieta Líquida	8
9.2 Dieta Blanda Severa	12
9.3 Dieta Blanda	15
9.4 Dieta Completa	18
9.5 Dieta Hipercalórica	21
9.6 Dieta Hiperproteica	24
9.7 Dieta Hipocalórica	27
9.8 Dieta Hiposódica	30
9.9 Dieta Hipoglucida	36
9.10 Dieta Hipograsa	39
9.11 Dieta Thevenon	42
9.12 Dieta Hiperproteica con Hierro	45
9.13 Dieta Seca	47
9.14 Alimentación por Soda	51
9.14.1 Dieta Artesanal	51
9.14.2 Dieta Enteral	54
10. Tratamiento Dieto terapéutico en Hospitalización de Pediatría	56
10.1 Dieta Líquida	56
10.2 Alimentación complementaria I	62
10.3 Alimentación complementaria II	64
10.4 Alimentación complementaria III	65
10.5 Dieta Blanda	68
10.6 Dieta Blanda sin Residuo	71
10.7 Dieta Completa	73
10.8 Dieta Hipercalórica	75
10.9 Dieta Hiperproteica con hierro	77
10.10 Dieta Antialérgica	79
10.11 Dieta Thevenon	83
10.12 Dieta Hipograsa	86
10.13 Dieta Hipoglucida	89
10.14 Dieta Hipo sódica	92
10.15 Alimentación por Soda	96
11. Dieta Artesanal	96
12. Dieta Enteral	99
12.1 Formulas artificiales	101
13. Descripción de Procesos - Procedimientos	104
13.1. Ficha de Información Preliminar de Procedimiento	104
13.2 Descripción del Procedimiento	105
14. Recepción de Quejas	105
15. Preservación de Registros	107
16. Niveles de Responsabilidad	108
17. Formatos	109
18. Flujo- Grama	110
19. Anexos	111 - 122
20. Bibliografía	123



1. Introducción

Estudios realizados en hospitales muestran una asociación entre el estado nutricional de los pacientes y la morbilidad y mortalidad 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 van en incremento. La malnutrición y la anemia con más del 25 % de incidencia en gestantes que la padecen y 50 % en niño. La obesidad se ha incrementado en niños, superando el 12 % de incidencia a nivel Nacional. Así mismo la diabetes insulina dependiente en niño y mujeres adultas

Por lo tanto el Hospital Nacional Docente Madre Niño San Bartolomé institución de Nivel III tiene como misión, brindar servicio de salud especializado de alta calidad y de carácter integral dirigido a la mujer, el neonato, niño y adolescente, que proceden de cualquier ámbito del país.

Nuestra institución cuenta para brindar su servicio, con la siguiente dependencia: el servicio de Nutrición, integrado al Departamento de Apoyo al Tratamiento. Este servicio desde la época de los 90 hasta la fecha ha ido renovándose permanentemente; siendo uno de los pilares de estos cambios, la bioseguridad y la atención alimentaria nutricional, destinada a la recuperación, mantenimiento y mejora del estado nutricional de los paciente.

En consecuencia es importante la existencia de un Manual de Dietas del servicio de Nutrición cuyo contenido debe versar sobre el conjunto de tratamiento nutricional, dieto terapéutico, prescripciones dietéticas para el caso de pacientes y guía alimentarias para persona sanas, en función a las necesidades y características del hospital.

Concordante con lo expuesto, el presente Manual de Dieta del servicio de Nutrición ha ido 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 adultos mayores y paciente 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



2. Finalidad

La finalidad fundamental del manual es manejar los planes de alimentación adecuados a las necesidades de los pacientes adultos mujeres y paciente pediátricos según estado de salud y estado nutricional y así mejorar la aceptación, satisfacción y bienestar del paciente hospitalizado respecto a la calidad de la dieta.

3. Objetivo

3.1 Objetivo General:

- Brindar la atención alimentaria y nutricional que contribuya a la recuperación, mantenimiento o mejora del estado nutricional el paciente.

3.2 Objetivos Específicos:

- Informar los usuarios externos sobre las tratamiento dieto terapéuticos seguir.
- Calcular el requerimiento nutricional por paciente y por patología
- Solicitar la Elaboración 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.

4. Base Legal

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



- Resolución Ministerial N° 126-2004/MINSA "Lineamientos De Nutrición Materno Infantil Del Perú"; Lima- Perú,2004.

5. **Ámbito de Aplicación**

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

Esta dirigido a profesionales de la salud (médicos, nutricionistas, enfermeras, obstetricas, personal técnico, etc.) involucrados con el manejo nutrioterapeutico, dieto terapéutico y prescripción dietética de los pacientes.

6. **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 como 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 utiliza en el tratamiento de diferentes estados para el tratamiento de la recuperación del paciente.

Nutricionista se encargara de hacer el seguimiento nutricional diario del paciente para verificar su evaluación, utilizando el formato en donde ira registrado todo sus datos clínicos del paciente.

Dieta terapia: Es la parte de la nutriología que se encarga del estudio de las modificaciones de la dieta con el objetivo de dar 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 mediante una sonda por diferentes vías, a consecuencia 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 formula química definida al estomago, duodeno o yeyuno a través de una sonda o mediante ingesta oral a intervalos regulares.

Formula Artesanal

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

Formula Enteral

Formula química es nutricionalmente completa cuando, administrada como única fuente alimentaria, es suficiente para cumplir los requerimientos nutricionales con un volumen no superior a 3500 ml/día. Las formulas 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 Poliméricos

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 formulas 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.

7. 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 de acuerdo 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)

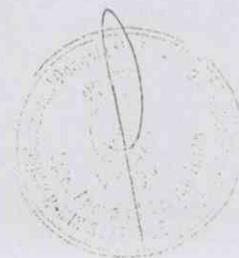
8. Disposiciones Específicas

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

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

9. 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.



9.1 Dieta Líquida

- Clara
- Amplia

9.1.1 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

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



9.1. 2 Dieta Líquida Amplia

Esta dieta es considerada 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

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
Poró	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
Poró (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 Dosificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva. 2005. -Longo E, Navarro E. Técnica Dietoterápica. Editorial el Ateneo. Argentina 1998.



9.2 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 cascaras
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



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 frutas	200	76	0.8	0.4	19.6
ALMUERZO					
Sopa de menudencia licuada					
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
Menudenda picada	50	0.00	0.00	0.00	0.00
Carne Molida guisada					
Arroz Pilado o pulido crudo	80	287.2	6.6	0.4	62.2
Carne, 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	0.5	0	0	0.1
Sal por todo almuerzo	2				
Puré de papa 100cc					
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					
Maizena	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	27.50	21.70	124.20
COMIDA					
Pollo al jugo					
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					
Maizena	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		1943.40	64.40	63.20	279.40



9.3 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



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 sacarlo	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
Carne, 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					
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					
Maizena	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					
Maizena	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.



9.4 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 tza 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



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 todo la comida	2				
Membrillo	30	12.90	0.09	0.03	3.45
Azúcar	20	76.00			19.60
Sub total		735.00	23.99	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 1998.99



9.5 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 pudins



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



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
Apio	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
Bisteck 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				
Ensada 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 Delicia	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.



9.6 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 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
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



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
Apio	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	28.5	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 Dosificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva. 2005. - Longo E, Navarro E. Técnica dietoterápica. Editorial el Ateneo. Argentina 1998.



9.7 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%



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	52
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



Menú Tipo

ALIMENTO	Cantidad gr	Energ Kcal	Prot g	Grasa V g	Carboh g
DESAYUNO					
Leche fluída 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	1501.8	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. 2005.
- Longo E, Navarro E. Técnica dietoterápica. Editorial el Ateneo. Argentina 1998.



9.8 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 cardíaca.

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

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



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 sancochado	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
Poro (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						
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	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.



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 sancochado	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
Poro (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 Dosificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva. 2005. -

Longo E, Navarro E. Técnica dietoterápica. Editorial el Ateneo. Argentina 1998.



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 sancochado	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
Poro (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
Kión	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
Oregano	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
Oregano	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 Dosificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva. 2005. -

Longo E, Navarro E. Técnica dietoterápica. Editorial el Ateneo. Argentina 1998.



9.9 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



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 Delicia	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	6	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 Dosificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva. 2005. - Longo E, Navarro E. Técnica dietoterápica. Editorial el Ateneo. Argentina 1998.



9.10 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



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	66	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 sacha 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 1998.



9.11 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 3 días antes del comienzo de la prueba hasta el final del periodo de test; es decir se debe administrar durante 6 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-cruos, 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



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	795.7	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 Ateneo, Argentina 1998.



9.12 Dieta Hiperproteica Rica de 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



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
Porro (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
Aji 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.



9.13 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



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
Aceite 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		868.8	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 Dosificación de Alimentos para servicios de alimentación colectiva. 2005. - Longo E, Navarro E. Técnica dietoterápica. Editorial el Ateneo. Argentina 1998.



9.14_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:

- Formulas Artesanales
- Formulas Enterales

9.14.1 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 d alimentación; sin embargo se utilizan coladas o de lo contrario para sondas de gastrostomía, de luz más amplia.

La forma de administración en 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 licuada 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

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
Media tarde				
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



Menú Tipo

DIETA LICUADA O ARTESANAL SIN PRESA	CANT	Energía	PROT	CHO	LIP
DESYUNO					
LECHE ENTERA	500		16.0	26.5	15.5
AZUCAR 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
AZUCAR 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
AZUCAR 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
KILOCALORIAS / MACRO			168.8	752.9	296.6
TOTAL DE ENERGIA				1218.3	
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO			13.9	61.8	24.3

DIETA LICUADA O ARTESANAL CON PRESA	CANT	Energía	PROT	CHO	LIP
DESYUNO					
LECHE ENTERA	500		16.0	26.5	15.5
AZUCAR 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
AZUCAR 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
AZUCAR 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
KILOCALORIAS / MACRO			254.4	752.9	311.0
TOTAL DE ENERGIA				1318.3	
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO			19.3	57.1	23.6



9.14.2 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 4 horas.

Alimentos Permitidos

Son producto farmacéuticos para uso enteral pueden ser en forma en 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.

Formulas Polimérica pediátricas: las que contienen todos los macronutrientes

Polimericas isomericas:

Polimericas de baja osmolaridad

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

Formulas con proteína parcialmente hidrolizada

Formulas 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, fistulas entero cutáneas; resección intestinal, que presentan el estado nutricional en desmedro etc.

Alimentos Excluidos

Todos los alimentos convencionales

Composición de la Formula 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 ha administrar:

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



Aporte Nutricional Total

Formula Enteral	Dilución Recomendada	Energía	Proteínas	Lípidos	Carbohidratos
Ensure	21%	437	16.0	14.00	59.80
Ensure-liquido	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 liquido	237	220.41	11	8	29
Diason	500	100	4.3	4.2	11.3
Modulo Calórico	5%	380			94
Modulo proteico		380	92	1.2	0.3

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

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
KILOCALORIAS / MACRO			200.6	722.4	178.1
TOTAL DE ENERGIA				1101.1	
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO			18.2	65.6	16.2



10. 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.

10.1 Dieta Líquida

Se encuentra compuesta por alimentos de naturaleza líquida de modo que puedan ser bebidos e ingeridos; los alimentos fundamentalmente utilizados 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 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

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



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 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



Menú Tipo

LIQUIDA AMPLIA CON INFUSION	CANTIDAD	PROTEINA	CHO	LIP
Desayuno: Infusión		0	0	0.00
AZUCAR 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- INFUSION				
AZUCAR AL 5%	12	0	12	0.00
TOTAL MACRONUTRIENTES		19.12	150.58	2.92
KILOCALORIAS / MACRO		76.5	602.3	26.3
TOTAL DE ENERGIA			705.06	
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO		10.8	85.4	3.7

LIQUIDA 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



LIQUIDA AMPLIA CON AVENA COLADA	CANTIDAD	PROTEINA	CHO	LIP
DESAYUNO				
AVENA 250	9	1.233	6.417	0.42
AZUCAR 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
AZUCAR 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
AZUCAR AL 5%	12	0	12	0.00
SUB TOTAL		1.233	18.417	0.423
TORAL MACRONUTRIENTES		22.82	170.33	4.19
KILOCALORIAS / MACRO		91.3	681.3	37.7
TOTAL DE ENERGIA		810.29		
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO		11.3	84.1	4.7

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



10.2 Alimentación Complementaria I

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

De consistencia aplastado.

Alcance:

Se indica pacientes a pediátricos, que están 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 cítrica, 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

Menú Tipo

ALIMENTACION 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
PURE 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
PURE 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
KILOCALORIAS / MACRO		27.504	529.2	191.448
TOTAL DE ENERGIA		748.2		
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO		3.7	70.7	25.6



10.3 Alimentación Complementaria II

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

Alcance:

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

Alimentos Permitidos

Cereales: arroz, quinua, 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

Menú Tipo

ALIMENTACION 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
PURE 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
PURE 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
KILOCALORIAS / MACRO		55.968	883.8	288.936
TOTAL DE ENERGIA			1228.7	



10.4 Alimentación Complementaria III

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

Alcance:

Se indica pacientes a pediátricos, que están se encuentran en el rango de edad entre los 12 a 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

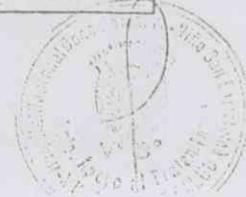


Aporte Nutricional

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

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 CUCHARA 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 CUCHARA 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
KILOCALORIAS / MACRO		99.1	1269.1	467.5
TOTAL DE ENERGIA		1835.7		
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO		5.4	69.1	25.5



10.5 Dieta Blanda

Este régimen es el que constituye la transición de la dieta líquida y 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 pacientes pediátricos, que no toleran la dieta completa, con problemas gastrointestinales leves; pacientes por 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



Menú Tipo

BLANDA	CANT	PROT	CHO	LIP
DESYUNO				
LECHE ENTERA FLUIDA	200	6.4	10.6	6.2
AZUCAR AL 5%	12	0.0	12.0	0.0
1 UNID PAN	30	2.5	18.9	0.1
ACOMPAÑAMIENTO (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	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
AZUCAR 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
AZUCAR 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



10.6 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 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

Menú tipo

BLANDA SIN RESIDUO	CANT	PROT	CHO	LIP	
DESAYUNO					
AVENA 250	9	1.2	6.4	0.4	
AZUCAR 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	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	
AZUCAR 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	
AZUCAR 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



10.7 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/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

Menú tipo

COMPLETA	CANT	PROT	CHO	LIP
DESYUNO				
LECHE ENTERA	240	7.7	12.7	7.4
AVENA 250 OPCIONAL	9	1.2	6.4	0.4
AZUCAR AL 5%	24	0.0	24.0	0.0
1 UNID PAN	30	2.5	18.9	0.1
ACOMPANAMIENTO (QUESO, MERMELADA, MANTEQUEUILLA, 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
AZUCAR 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
AZUCAR 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
AZUCAR 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
KILOCALORIAS / MACRO		236.5	1018.5	378.5
TOTAL DE ENERGIA			1633.5	
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO		14.5	62.4	23.2



10.8 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

Menú Tipo

COMPLETA	CANT	PROT	CHO	LIP
DESYUNO				
LECHE ENTERA	200	6.4	10.6	6.2
AVENA 250	9	1.2	6.4	0.4
AZUCAR 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	59.9	6.7
MEDIA MAÑANA 10.AM				
FRUTAS (PIÑA, MELON, NARANJA,ETC)	200	0.8	16.3	0.3
AZUCAR 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	0.38	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
AZUCAR AL 5%	5	0.0	5.0	0.0
SUB TOTAL		6.4	15.6	6.2
COMIDA 5:00 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
AZUCAR 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
KILOCALORIAS / MACRO		246.5	1204.3	451.9
TOTAL DE ENERGIA			1902.7	
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO		13.0	63.3	23.8



10.9 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, Visceras (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.

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/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

Menú tipo

HIPETPROTEICA CON HIERRO	CANT	PROT	CHO	LIP	HIERRO
DESYUNO					
LECHE ENTERA	240	7.7	12.7	7.4	
AVENA 250 OPCIONAL	9	1.2	6.4	0.4	
AZUCAR 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	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	
AZUCAR 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	
AZUCAR 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	
AZUCAR 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
KILOCALORIAS / MACRO			253.5	1100.1	446.9
TOTAL DE ENERGIA				1800.4	
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO		14.1	61.1	24.8	



10.10 Dieta Antialérgica

La dieta antialérgica denominada también dieta 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.

Recomendación 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



Media 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



Menú Tipo N°1

ANTIALERGICA CON LECHE	CANT	PROT	CHO	LIP
DESYUNO				
LECHE ENTERA AL TERCIO	240	7.7	12.7	7.4
AZUCAR AL 5%	12	0.0	12.0	0.0
1 UNID PAN	30	2.5	18.9	0.1
ACOMPAÑAMIENTO (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
AZUCAR 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
AZUCAR 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
KILOCALORIAS / MACRO		164.2	927.2	277.2
TOTAL DE ENERGIA			1368.6	
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO		12.0	67.7	20.3



Menú Tipo N°2

ANTIALERGICA CON AVENA	CANT	PROT	CHO	LIP
DESYUNO				
AVENA 250	9	1.2	6.4	0.4
AZUCAR 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
AZUCAR 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
AZUCAR AL 5%	12	0	12	0.00
SUB TOTAL		1.2	18.4	0.4
TOTAL DE MACRONUTRIENTES		34.6	225.5	23.8
KILOCALORIAS / MACRO		138.412	901.948	214.047
TOTAL DE ENERGIA		1254.4		
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO		11.0	71.9	17.1



10.11 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 3 días antes del comienzo de la prueba hasta el final del periodo de test; es decir se debe administrar durante 6 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



Menú Tipo

THEVENON	CANT	PROT	CHO	LIP
DESYUNO				
LECHE ENTERA FLUIDA	200	6.4	10.6	6.2
AZUCAR AL 5%	12	0.0	12.0	0.0
1 UNID PAN	30	2.5	18.9	0.1
ACOMPAÑAMIENTO (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
AZUCAR 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
AZUCAR AL 5%	12	0	12	0.00
SUB TOTAL		6.4	22.6	6.2
TOTAL DE MACRONUTRIENTES		59.5	340.7	68.3
KILOCALORIAS / MACRO		237.9	1362.84	614.565
TOTAL DE ENERGIA		2215.3		
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO		10.7	61.5	27.7

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 1998.



10.12 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

Media Tarde

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



Menú Tipo

HIPOGRASA	CANT	PROT	CHO	LIP
DESAYUNO				
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	0.5
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. Chocio	20	0.7	5.6	0.2
Limón jugo de	1	0	0.1	0
Aceite de sacha 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
KILOCALORIAS / MACRO		182.4	857.5	364.4
TOTAL DE ENERGIA		1404.3		
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO		13.0	61.1	25.9



10.13 Dieta Hipoglucida

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 a1800 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 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 establecerán horario para las comidas



Composición de la Dieta Hipoglucida

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



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				
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		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 sacha 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
KILOCALORIAS / MACRO		210.9	817.3	488.4
TOTAL DE ENERGIA		1516.6		
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO		13.9	53.9	32.2



10.14 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 Hiposodica

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/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

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



Menú Tipo

HIPSODICA LEVE	Cantidad Gr	Energ Kcal	Prot g	Grasa g	Carboh G	Sodio 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	19.1	6.0
Huevo sancochado	50	69.5	6.5	4.2	1.0	77.5
SUB TOTAL		297.2	14.1	9.4	38.0	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	8.1
Tomate (4)	10	1.9	0.1	0,0	0,4	0.6
Aceite 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	51.8	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
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	13.6	7.6	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
Aceite 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	36.4	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



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	13.6	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	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		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	13.6	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	4.9	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		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



10.15 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:

- Formulas Artesanales
- Formulas Enterales

11. Formulas 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 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

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

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



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
AZUCAR 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
AZUCAR 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
AZUCAR 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
KILOCALORIAS / MACRO		115.0	502.9	210.2
TOTAL DE ENERGIA		828.2		
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO		13.9	60.7	25.4



12. 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 4 horas.

Alimentos Permitidos

Son productos farmacéuticos para uso enteral pueden ser en forma en 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.

Formulas Polimérica pediátricas: las que contienen todos los macronutrientes

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

Formulas con proteína parcialmente hidrolizada

Formulas 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 Formula Enteral

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

Carbohidratos: 50%

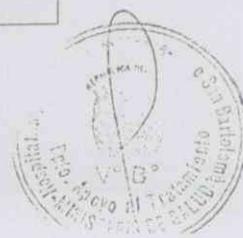
Lípidos: 30 al 35%

Proteínas: 12 al 15%

Esquema de Alimentación (cuando se administra por émbolos)

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

<i>Frecuencia</i>	<i>Numero de Tomas</i>	<i>Horario</i>
<i>Cada 2 horas</i>	<i>12</i>	<i>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.</i>
<i>Cada 3 horas</i>	<i>8</i>	<i>6^a.m., 9^a.m., 12p.m., 3p.m., 6p.m., 9p.m., 12^a.m., 3^a.m.</i>
<i>Cada 4 horas</i>	<i>6</i>	<i>6^a.m., 12p.m., 6p.m., 12p.m.</i>
<i>Cada 6 horas</i>	<i>4</i>	<i>8 a.m.; 12p.m., 4p.m., 8p.m.</i>



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

Menú Tipo

NOMBRE

LUCIANA

PESO	MACRO	%	Kcal	g/DÍA	g/Kg		
11.22							
	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
MODULO CALORICO 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
KILOCALORIAS / MACRO			139.8	864.9	565.5
TOTAL DE ENERGIA			1570.26		
PORCENTAJE DE KCAL/ MACRO			8.9	55.1	36.0
MACRONUTRIENTES POR kg			3.1	19.3	5.6



12.1 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 adecua 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

Formula de Inicio: Está indicada para lactantes menores de 6 meses; cubre por sí sola todas las necesidades nutritivas del lactante, pudiendo ser utilizada junto otros alimentos hasta el año de edad.

Formula de continuación: Indicada a partir de los 4 ó 6 meses de vida hasta el año.

Formula Unitaria: Constituye una formula única para toda la lactancia; es decir de 0 12 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.

Formulas 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.

Formulas Antirreflujo: Estas formulas 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 formulas 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 hidrolizada.

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 anatómicas 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 termino.

Composición de Las Formulas Artificiales: La composición nutricional en 100 cc de diferentes tipos de formulas 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

Esquema de Alimentación

Para realizara el esquema se considera la frecuencia de cada cuantas horas se le debe administrar al niño la formula artificial de la cual se desprende el numero de tomas y los horarios que se van ha 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.



DIETAS SEGÚN PATOLOGIA MAS FRECUENTES

Nº	PATOLOGIA/ DIAGNOSTICO	GRUPO ETAREO	TIPO DE DIETA	PAGINA
1º	Aumento Excesivo de peso en el Embarazo	Embarazada	Hipoglucida	36
2º	Sobrepeso	Mujer en edad fértil	Hiperproteica con Hierro	45
3º	Aumento Pequeño de peso en el Embarazo	Niños	Completa. Hipoglucida, Hiperproteica con Hierro	18,36,45
4º	Obesidad	Embarazada	Completa	73,77,90
5º	Anemia por deficiencia de hierro sin especificación	Mujer en edad fértil	Hiperproteica	18
6º	Desnutrición Aguda Leve (I Grado)	Niños	Hipocalorica, hipoglucida	24
7º	Desnutrición crónica	Embarazada	Hipocalorica, Hipoglucida	21,36
8º	Riesgo de desnutrición	Niños	Completa	76,90
10º	Desnutrición global	Embarazada	Hiperproteica con hierro	73
11º	Desnutrido crónico Obeso	Niños	Completa	77
12º	Desnutrición global severa	Niños	Hiperproteica	73
			Hiperproteica con hierro	77
			Completa, hiperproteica	18,24
			Completa, hiperproteica	73,80
			Completa, hiperproteica con hierro	73,80
			Completa. Hipoglucida, rica en Hierro	73,90,77
			Completa, hiperproteica con hierro	73,80



13. Descripción de Procesos - Procedimientos.

13.1 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 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

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 Practicas 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



13.2 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

14. Recepción de Quejas y Correcciones

a. **Objetivo:**

- Establecer los procedimientos operacionales estandarizados que detallan la forma de atención de quejas y reclamos del usuario.
- La evaluación de causas y toma de acciones para evitar que vuelva a ocurrir no ayuda a mejorar continuamente a través de la retroalimentación
- Cumplir expectativa del usuario.
- Mejorar la relación con el usuario.

b. **Responsables:**

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

c. **Procedimiento (Usuario del comedor)**

- *Atención de las Quejas*
- *La Jefatura de Nutrición toma conocimiento de la queja derivando la responsabilidad al Nutricionista de Producción.*
- *El Nutricionista de Producción recepciona la queja y evalúa los hechos y realiza la trazabilidad. Luego hace un informe con los resultados de la evaluación.*



- *La Jefatura de Nutrición comunica al área de la queja las acciones tomadas por parte del servicio a fin de levantar la no conformidad.*
- *En caso de detectarse alguna no conformidad grave la cual afecta la inocuidad del producto y la salud de los consumidores se procederá a realizar la separación del producto.*
- *El jefe del servicio de nutrición y el nutricionista de producción establecerán acciones de evaluación de causa y toma de decisiones para evitar que vuelva a ocurrir, ayudando a la mejora continua a través de la retroalimentación.*

d. Procedimiento (paciente)

- Se le facilitará el acceso al libro de reclamaciones
- La queja o reclamación pasa a la plataforma de atención al usuario en salud.
- Se efectuarán las diligencias necesarias para dilucidar los hechos que generaron la insatisfacción del usuario o tercero legitimado respecto de los servicios, prestaciones o coberturas solicitadas al HONADOMANI- SB que dependerán de la Unidad De Gestión.
- Concluida la investigación, el HONADOMANI-SB deberá remitir la carta al usuario o tercero legitimado adjuntando el informe del resultado del reclamo.

Registro

MDIET-011



15. 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



16. Niveles de Responsabilidad

- Departamento de Apoyo al Tratamiento
- Servicio de Nutrición

Nutricionista coordinador responsable de hospitalización:

Responsable de difundir el manual por las áreas asistenciales. Vigilar su implementación y cumplimiento.

Licenciados en Nutrición

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:

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

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

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



17. 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



18. 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. Calculo 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.	



19. 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

Perdida 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 (tríceps, tórax)

_____ 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



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 arterioso, comunicación interventricular
 Cetoacidosis diabética / Diabetes recién diagnosticada
 Diarrea aguda
 Síndrome de Down
 Reflujo gastroesofágico
 Enfermedad de Hirschprung
 VIH
 Síndrome hemolítico-urémico
 Trasplante de órgano sólido
 Enfermedad inflamatoria intestinal (Enfermedad de Crohn, colitis ulcerativa)

Enfermedad hepática
 Neutropenia
 Neumonía
 Pielonefritis
 Estenosis pliórica
 Virus sincitial respiratorio
 Paro respiratorio
 Anemia de células falciformes (crisis)
 Intestino corto
 Síndrome de Steven Jonson
 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
 Niño rescatado de ahogo

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

Tabla 3-8. Niveles de riesgo nutricional del Texas Children's Hospital
 Fuente:



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							



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



<i>Tratamiento Dietoterapéutico</i>							
<i>Prescripción Dietética</i>							
<i>Monitoreo</i>	<i>Fechas</i>						
<i>Tto Nutrioterapéutico</i>							
<i>Proteínas (g/kg/día)</i>							
<i>Peso - Hospitalización</i>							

NUTRICIONISTA RESPONSABLE





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					



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 de preparaciones especiales
PEDIDO TOTAL DE DIETAS Y PREPARACIONES ESPECIALES

SERVICIO

FECHA

TIEMPO DE COMIDA

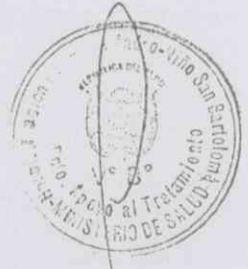
DIETA	COMIDA	
	PROG	EJECUT
ACII		
ACIII		
DC		
Antialerg		
H.grasa		
H.glucida		
H.sodica		
Puré con Leche		
Puré s/L		
Arroz		
Arroz s/ sal		
Ensalada		
Mazamorra s/L		
Mazamorra c/L		



ENTREGA DE RACIONES EN COCINA CENTRAL

MIDIET -009

Fecha :



SERVICIO	COMPLETAS										BLANDAS					TOTAL		
	PACIENTE	NUTR	PERS TEC	AVENA	LECHE	PAN	LECHE	PAN	AVENA	PACIENTE	AVENA	PAN	LECHE	PAN	LECHE	AVENA	TOTAL	
SINECO																		
JCI																		
SALA PARTOS																		
OBSTETRICIA																		
NUTR. CONS																		
TEC. CONS																		
ADDR. ACOMP																		
QUERFERIO																		
MEDICINA																		
QUIRUGIA																		
LAB. PROV																		
COMEDOR																		
FORMULAS																		
PRODUCCION																		
DIETAS																		
ALMACEN																		
REFACTURA																		
NUTR. PERIAT																		
NUTR.PRODUC																		
SECRETARIA																		
TECNICA ADM																		
TOTAL																		

HOSPITAL MATERNO INFANTIL "SAN BARTOLOME"
 ENTREGA DE REGIMENES NORMALES

SERVICIO DE NUTRICION

ALMUERZO

COMIDA

FECHA:	ALMUERZO					COMIDA						
	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						TOTAL					
	ALMACEN						TOTAL COMIDA					
	MEFATURA											
	Nutr. Pediatría											
	Nutr. PRODUCCIÓN											
	SECRETARIA											
	TECNICA ADMINIST											
	TOTAL						TOTAL CENA					
	ADICIONAL											
	TOTAL GENERAL											



1. XV. Bibliografía

1. F. Argülles 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 Pdiatrica";Perú , 2010; Tomo I.
4. R. Cruz , "Fundamentos De La Nutriología Pdiatrica";Perú , 2010; Tomo I.
5. José Mataix Verdú. " Nutrición Y Alimentación Humana". España 2009. Tomo I.
6. Sociedad Venezolana De Puericultura Y Pediatría "Nutrición Pediátrica"; Ed. Médica Panamericana, Venezuela, 2009.
7. Cenán – Ins; "Tablas Peruanas De Composición De Alimentos"; Lima Perú; 2009.
8. Instituto Nacional De Salud Centro Nacional De Alimentación Y Nutrición. Tabla De Dosificación De Alimentos Para Servicios De Alimentación Colectiva. 2005.
9. D^a. Alicia De Miguel García, Dirección General De Servicios Sociales-, Servicios De Farmacia Socio Sanitarios. Consellería De Bienestar Social "Protocolo De Valoración Nutricional"; Primera Edición: Junio 2004.
10. Senc. "Guías De La Alimentación Saludable". Barcelona, 2004.
11. Organización Panamericana De La Salud. "Conocimientos Actuales De Nutrición". 2003.
12. Shils Me. "Nutrición En Salud Y Enfermedad". Ed. Mcgraw-Hill, Madrid, 2002.
13. Martín Gonzales Isabel Et Al; "Manual De Dietoterapia";Ed. Ciencias Médicas; Cuba,2001.
14. Longo E, Navarro E. "Técnica Dietoterapica". Editorial El Ateneo. Argentina 1998.
15. Nelson Jk. Dietética Y Nutrición. Manual De La Clínica Mayo, 1996.
16. Mahan- Arlin; "Krause – Nutrición Y Dietoterapia"; Ed. Interamericana- Mc Graw-Hill.; México, 1995.
17. MINSA-INS; "Tabla de Composición de Alimentos Industrializados"; Lima . Perú- 1993.
18. Olivares Sonia, "Alimentación y Dietoterapia"; ed: 2da; Barcelona; 1992.
19. IIN; "Nutrición Infantil"; ABBOTT LABORATORIOS; Perú; 1991.
20. INEN; "Manual de Nutrición"; Lima- Perú; 1990.

