

Dietas Hospitalarias

Dietoterapia

- ▶ Es la aplicación del arte de la nutrición a los problemas de la alimentación. La dietoterapia se basa en modificaciones de la alimentación habitual que respondan a las necesidades de cada enfermo.

El término se refiere a alimentación por vía oral con alimentos/ nutrientes adecuados a las necesidades de los pacientes en cada momento y según la patología. Son dietas modificadas para el tratamiento de determinadas patologías, así como menús hospitalarios que intentan acercarse lo más posible a una alimentación sana y equilibrada.



Clasificación

Dietas habituales

- ▶ Basal
- ▶ Líquidos generales
- ▶ Líquidos claros
- ▶ Semiblanda o líquidos generales
- ▶ Suave
- ▶ Blanda
- ▶ Dieta Especial Por Sonda
- ▶ Astringente

Dietas especiales

- ▶ Prediálisis
- ▶ Estricta Sin Sal
- ▶ Insuficiencia Hepática
- ▶ Sin Lactosa
- ▶ Sin Gluten
- ▶ Urolitiasis
- ▶ Sin Colecistoquinéticos (sin sal, irritantes y sin lactosa)

Dieta basal

Pensada para el paciente adulto que no necesita de unas modificaciones dietéticas específicas.

Con una distribución de macronutrientes: 50-55% de HC, 15-20% de proteínas, 23-30% de grasa.



Dieta de líquidos claros



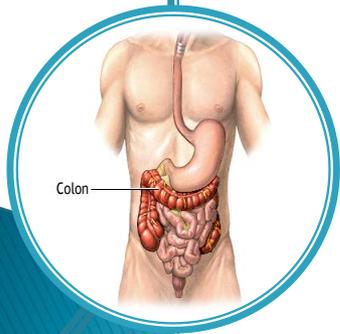
INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Aporta escasas calorías (400–500 Kcal/día) a base casi exclusivamente de hidratos de carbono sin casi nada de grasas y escasísimas proteínas de origen vegetal. Provee líquidos, electrolitos y energía en forma de alimentos de fácil digestión y proporciona un mínimo de residuo intestinal.



CARACTERÍSTICAS

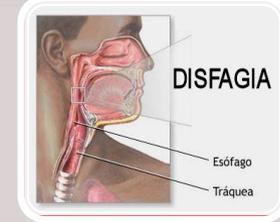
Los líquidos deben tener una osmolaridad máxima de 250 miliosmoles por litro. Incluye alimentos líquidos, infusiones, jugos de fruta colados, agua de fruta, nieve y paletas heladas de agua, gelatina, caldo o consomé desgrasado.



INDICACIONES:

1^a Fase del postoperatorio
Preparación de cirugía de colon
Fase inmediata postgastroenteritis
Diarrea aguda de corta duración.

Dieta de líquidos generales – semiblanda



INFORMACIÓN NUTRIMENTAL

Provee líquidos, energía, proteínas, lípidos e hidratos de carbono en alimentos de fácil digestión

ALIMENTOS RECOMENDADOS

Leche, yogurt natural, jocoque, cereales cocidos no integrales, verduras cocidas y coladas, sopas crema, crema, margarina, helado, gelatinas, infusiones, etc.

INDICACIONES

En un periodo de transición entre la alimentación de líquidos claros y la dieta blanda, en sujetos con alimentación mixta (parenteral y oral) con problemas de deglución y

Dieta suave

La dieta suave provee una alimentación completa con alimentos sólidos de consistencia suave. Puede incluir los alimentos de una dieta normal preparados de manera que su consistencia sea suave. Los alimentos que deben evitarse son los que presentan orillas cortantes.

• INDICACIONES

- Se utiliza en pacientes de cirugía de cabeza y cuello, con problemas dentales, de masticación o de deglución, que no requieren de dietas picadas o e puré. Pacientes con varices esofágicas.



Dieta de purés

- ▶ Provee una alimentación completa, basada en alimentos molidos, prensados o picados finamente, que dan diferentes consistencias.
- ▶ Se utiliza en pacientes con dificultad para masticar, pero que si pueden tragar, o en pacientes con problemas esofágicos que no toleran alimentos sólidos, así como en los niños pequeños.
- ▶ Todos los alimentos que puedan ser presentados en esta consistencia pueden utilizarse.



Dieta blanda

Incluye alimentos preparados con muy pocas grasas o aceites, especias y condimentos. Además, limita o elimina el café, otras bebidas que contengan cafeína y las alcohólicas.

Los alimentos deben de estar preparados a la plancha, hervidos, estofados, asados o al horno, con la mínima cantidad de grasa o aceite. Las especias y condimentos se deben utilizar con discreción, según la tolerancia del paciente. Es adecuada en nutrimentos y no necesita suplementación. • INDICACIONES



- Periodo de transición entre la dieta líquida, la alimentación enteral, parenteral y mixta y la dieta normal; en procesos inflamatorios del aparato gastrointestinal (gastritis, úlcera o colitis) y cuando existe intolerancia a los lípidos

Dieta astringente

- ▶ Es una dieta normocalórica con escasos residuos y de fácil digestión. Se excluirán alimentos ricos en fibra, que contengan especias o irritantes de la motilidad intestinal o agentes que produzcan flatulencia.



• INDICACIONES

- Gastroenteritis o colitis agudas
- Cualquier patología que curse con diarrea
- Antes de la cirugía intestinal
- Preparación de exploraciones radiológicas intestinales
- Patología inflamatoria intestinal que requiera disminución de residuo
- Dieta de transición en el postoperado

DIETA INSUFICIENCIA RENAL PREDIALISIS .

Es una dieta con restricción muy severa de las proteínas. Pobre en Na⁺ (600 mg/día = 26 mEq) Pobre en K⁺ (1500 mg/día = 38 mEq). Se excluyen las verduras y frutas ricas en K⁺

La dieta es rica en HC, siendo los mejores los de absorción rápida porque suelen tener ausencia de proteínas. La dieta debe aportar 40 gr. de proteínas aproximadamente y resulta carente en riboflavina, cianocobalamina, calcio, fósforo, magnesio y hierro.

INDICACIONES:

- ▶ Pacientes con IR y aclaramientos de creatinina de 30–40 ml/min. Cuando el aclaramiento es < 30 ml/min, se deberá restringir marcadamente aquellos productos que contengan fósforo (lácteos, pan y cereales integrales).
- ▶ Pacientes con hepatopatías severas



DIETA ESTRICTA HIPOSODICA

Es una dieta con restricción muy severa de sodio. Aporta 400–500 mg/día (17–20 mEq) de sodio y esto conlleva una importante limitación de los alimentos a consumir. Se suprimen los alimentos ricos en sodio (conservas, embutidos, fiambres, salazones), restringiéndose también las proteínas de origen animal (carne, pescados, quesos y leche) por su alto contenido intrínseco en sodio. Esta dieta está muy restringida por la gran cantidad de limitaciones que conlleva.

- ▶ **INDICACIONES:** Insuficiencia cardiaca severa, hipertensión grave, Síndrome Nefrótico (donde se añadirán suplementos específicos proteicos que no contengan sodio).

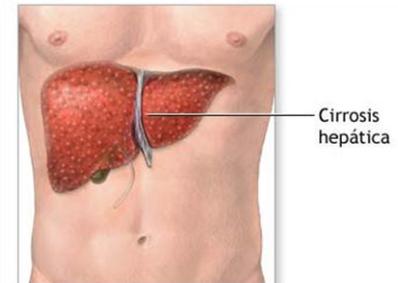


DIETA DE INSUFICIENCIA HEPATICA

Se valorará primero la fase de insuficiencia hepática (moderada, aguda, severa) El fin de esta dieta es evitar la evolución de la insuficiencia hepática a coma hepático o la corrección del mismo, intentando aportar todas las necesidades nutricionales a pesar de la restricción proteica y sódica.

INDICACIONES:

- ▶ **Insuficiencia hepática moderada:** se puede utilizar la dieta de prediálisis sin excluir frutas ni verduras.
- ▶ **Insuficiencia hepática aguda:** se utilizan preparados enterales específicos.
- ▶ **Insuficiencia hepática severa/ coma hepático:** se pasa a nutrición parenteral periférica o total.



Dieta sin lactosa

Es una dieta con limitación de lactosa del contenido de la leche y derivados. Las calorías aportadas serán las mismas que en la dieta basal. Si el déficit es parcial, cierto tipo de alimentos con bajo contenido en lactosa pueden ser bien tolerados: (Mantequillas, queso fresco, quesos blandos, crema y algunos quesos curados como el suizo, también galletas María). Esta dieta puede ser baja en Ca^{++} , vit. B 6 y vit. D.

- ▶ **INDICACIONES:**
- ▶ Déficit de lactasa
- ▶ Fase post-gastroenteritis aguda
- ▶ Situaciones de desnutrición crónica
- ▶ Antibioterapia intensiva



Dieta sin gluten

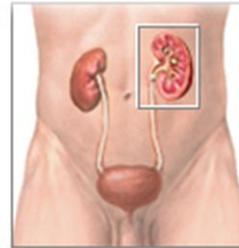
Se restringe de esta dieta la proteína de origen vegetal gliadina. Se evitarán los cereales, carnes y productos preparados comercialmente, leche malteada, cacao, sopas comerciales, repostería y todo preparado comercial que contenga fécula en su composición, excepto si lleva tapioca, arroz o patata.

- ▶ **INDICACIONES:** Enfermedad Celíaca



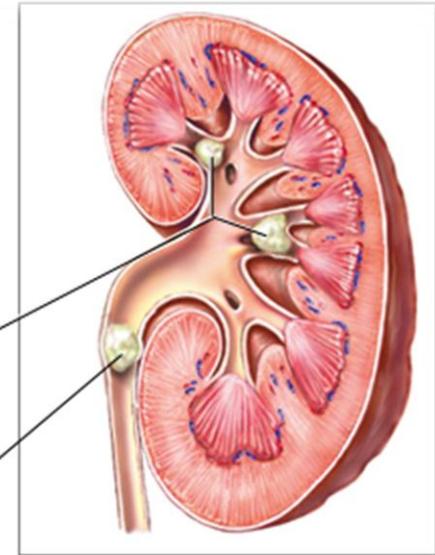
DIETA DE UROLITIASIS

Se recomienda la ingestión de una gran cantidad de líquido además de las modificaciones necesarias según el tipo de cálculo.



Cálculos renales
en los cálices
mayores y menores
del riñón

Cálculo renal
en el uréter



Dieta sin Colecistoquineticos

- ▶ Indicada en pacientes vesiculares
- ▶ Son dietas fraccionadas sin irritantes, sin grasas y sin lácteos