

## DIETA 1400KCAL (Hemodiálisis)

Paciente femenino de 50 años, mide 1.55cm y pesa 63 kilos

PI: 52 kg

PA: 56 kg

- Requerimiento calórico:

$$655+(9.56*63)+(1.85*155)-(4.68*50)=1310 \quad \text{KCAL}+10\%ETA*1 \quad AF=$$

1440KCAL > 1400KCAL

DIETA 1400 KCAL

### Desayuno:

- Hot cakes de avena con frutos rojos:

-40 gramos de avena

-1/2 taza de Frutos rojos

-2 huevos

-1 ½ cucharadita de mantequilla

-80ml de leche

### Colación:

-10 almendras

-150 gramos de yogurt natural

-1 manzana verde

### Almuerzo:

- Tostadas de pollo:

-50 gramos de Pollo desmenuzado

-½ taza de zanahoria en julianas

-1/2 taza de repollo

	Sodio (1-3g)	Potasio(1-3g)
	1mg	0
	171,6mg	0
	0	0
	140mg	134mg
	2mg	3,6mg
	0	87,36mg
	88mg	0
	1mg	68,38mg
	110mg	0
	21mg	97,6mg
	0	147mg

- 4 tostadas de maíz
- 1 cdita de aceite de canola

**Colación:**

- Coctel de frutas:
- 1/2 taza de Jicama en trozitos
- 3/4 de taza de piña picada

**Cena:**

- Salteado de pollo:
- 60 gramos de pechuga de pollo
- pimiento morrón en julianas
- Cebolla en julianas
- 1cdita de aceite de canola
- 100 gramos de arroz

480mg	0
0	0
3mg	97,5mg
1mg	133,69mg
236mg	145mg
4mg	208,25mg
2mg	72mg
0	0
4mg	0
<b>TOTAL</b>	<b>TOTAL</b>
1265	1194

Aporte nutrimental promedio de los Grupos en el Sistema de Equivalentes							
Grupo en el Sistema de Equivalentes	Subgrupos	Aporte nutrimental promedio					
		No. De Equivalentes	Energía	Proteína (g)	Lípidos (g)	Hidratos de Carbono (g)	Conteo de Hidratos de Carbono
Verduras		4	100	8	0	16	1.2
Frutas		4	240	0	0	60	4
Cereales y Tubérculos	a. Sin grasa	6	420	12	0	90	6
	b. Con grasa	0	0	0	0	0	0
Leguminosas		0	0	0	0	0	0
Alimentos de Origen Animal	a. Muy bajo aporte de grasa	2	80	14	2	0	0
	b. Bajo aporte de grasa	2	110	14	6	0	0
	c. Moderado aporte de grasa	2	150	14	10	0	0
	d. Alto aporte de grasa	0	0	0	0	0	0
Leche	a. Descremada	1	95	9	2	12	0.8
	b. Semidescremada		0	0	0	0	0
	c. Entera		0	0	0	0	0
	d. Con azúcar		0	0	0	0	0
Aceites y Grasas	a. Sin proteína	3	135	0	15	0	0
	b. Con proteína	1	70	3	5	3	0.2
Azúcares	a. Sin grasa	0	0	0	0	0	0
	b. Con grasa		0	0	0	0	0
Alimentos Libres de			0	0	0	0	0
Bebidas alcohólicas			0	0	0	0	0
			Energía (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Hidratos de carbono (g)	Conteo HCO
<b>Totales</b>			1400	74	40	181	12.2
% de distribución				21.14	25.71	51.71	
Requerimiento o recomendación			1400	75.6	43.2	187.2	
% adecuación			100.00	97.88	92.59	96.69	