



Mais que moderno. Humano.

MANUAL DE DIETAS

SERVIÇO DE NUTRIÇÃO E DIETÉTICA

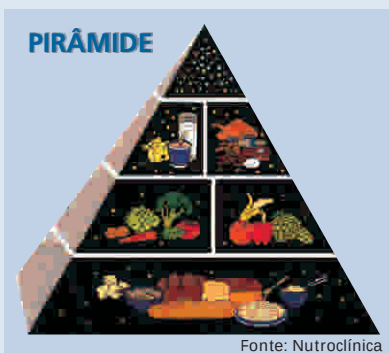
A. INTRODUÇÃO

O padrão alimentar sofre influência de preceitos religiosos, tabus, hábitos alimentares e socioculturais, inculcados no indivíduo desde a infância. Tanto na saúde quanto na doença é importante uma alimentação adequada às necessidades de cada um.

A dietoterapia é a ciência que estuda e aplica a dieta com princípio terapêutico, tendo a dieta normal como padrão. A finalidade básica da dietoterapia é ofertar ao organismo nutrientes adequados ao tipo de doença, condições físicas, nutricionais e psicológicas do paciente, mantendo ou recuperando o estado nutricional. Para isso, o profissional nutricionista deve proceder à prescrição dietética que envolve várias etapas como a anamnese alimentar, avaliação do estado nutricional, hipótese diagnóstica nutricional, determinação da conduta alimentar, definição do nível de assistência e, posteriormente, a reabilitação nutricional.

Uma dieta nutritiva deve ser planejada de acordo com as doenças e condições físicas do indivíduo, atendendo as leis fundamentais de alimentação de Escudero (quantidade, qualidade, harmonia e adequação). As recomendações nutricionais mais atuais levam em conta os guias alimentares. A Pirâmide Alimentar que foi publicada em 1992 pelo departamento de agricultura dos E.U.A. é o guia alimentar adotado oficialmente para a população americana.

A orientação da Pirâmide Alimentar tem um enfoque um pouco mais amplo que os guias propostos anteriormente. Há uma preocupação em abordar a alimentação de forma a ensinar uma dieta global, e não apenas uma dieta básica. São levados em conta as deficiências nutricionais, que podem ocorrer e os prejuízos decorrentes dos excessos alimentares. O objetivo é orientar três con-



ceitos básicos: a variedade na seleção de alimentos, a proporcionalidade e a moderação principalmente de gordura e açúcares.

Para pacientes hospitalizados, as vias de suporte nutricional podem ser oral, enteral e/ou parenteral. Neste manual foram enfocadas as dietas via oral e enteral, e para utilização dessas vias é importante que o trato digestório esteja íntegro. Considerando a via oral, é necessário que haja condições adequadas de ingestão, digestão e absorção.

No manual de dietas do Hospital São Luiz são apresentadas as dietas mais comumente utilizadas na terapia nutricional de pacientes hospitalizados, que foram elaboradas procurando associar os conhecimentos científicos mais recentes e a prática hospitalar.

As dietas são agrupadas em módulos, onde se especifica a indicação, características e composição química dos nutrientes.

Adotou-se como referência da distribuição normal de calorias a indicação da American Heart Association para as dietas sem restrição de nutrientes (Krauss e cols., 2000), considerando uma dieta normoglicídica, normoprotéica e normolipídica aquela que contenha a seguinte distribuição calórica:

- Carboidratos : 50 -60% VCT
- Proteínas: 10-15% VCT
- Lipídios : 25-30% VCT

Com relação ao Valor Calórico Total (VCT) dos cardápios, os cálculos foram realizados através da seguinte fórmula:

VCT: Proteínas (g) x 4 Kcal + Carboidratos (g) x 4 Kcal + Lipídios (g) x 9 Kcal

Adotou-se o fracionamento de cinco refeições ao dia: desjejum, almoço, lanche da tarde, jantar e lanche da noite e, em casos onde é indicado um maior fracionamento, seis refeições ao dia.

Com relação aos temperos, são especificados em cada cardápio as quantidades de sal e óleo, não sendo comentados os demais temperos, que pouco interferem no valor nutricional.

Deve-se ainda salientar que, na apresentação dos cardápios, foi apresentada a quantidade em grama dos alimentos e em medida caseira, sendo muitas vezes referenciada a porção individual, comercializada já na forma para consumo por ser mais higiênica, prática e facilitar a distribuição.

Características das dietas e indicações.

As dietas terapêuticas podem ser definidas como modificações quantitativas e qualitativas da dieta normal. O ajuste de uma dieta pode se dar de acordo com uma das seguintes formas:

1. Mudança na consistência dos alimentos (dieta geral, branda, pastosa, leve, líquida, cremosa, pastosa liquidificada e líquidos);
2. Aumento ou diminuição no valor energético (dieta hipocalórica ou hipercalórica);
3. Aumento ou diminuição no tipo de alimento (dieta hipossódica, laxativa, com resíduos mínimos);
4. Ajustes na proporção e equilíbrio de proteínas, gorduras, carboidratos e/ou nutrientes específicos (dieta para diabéticos, hipoprotéica, hipolipídica)

B. OBJETIVOS

O manual de dietas serve como "Guia Alimentar" na prescrição da dieta feita pelo médico, mostra as principais indicações de cada dieta e demonstra as particularidades de cada dieta do serviço de nutrição do Hospital São Luiz.

C. OBSERVAÇÕES

A escolha dos alimentos que compõem cada dieta é de competência do profissional Nutricionista, levando em consideração hábitos e necessidades dos pacientes;

O profissional médico poderá prescrever qualquer tipo de dieta e de diversas formas, cabendo ao profissional Nutricionista interpretá-las;

Se a dieta prescrita pelo médico não constar como padrão no cadastro, em sistema informatizado, ela será adaptada individualmente, conforme critério do profissional Nutricionista, com base na prescrição.

As dietas de rotina e terapêuticas poderão ser cruzadas ou combinadas entre si.

D. ÍNDICE

1. Alteração de Consistências:

1.1	Dieta Geral	1
1.2	Dieta Branda	3
1.3	Dieta Pastosa	5
1.4	Dieta Leve	7
1.5	Dieta Líquida	9
1.6	Dieta Cremosa	11
1.7	Dieta Pastosa Liquidificada	13
1.8	Dieta Líquidos	15
1.9	Dieta Enteral	17

2. Composição de Nutrientes

2.1	Diabetes	19
2.2	Hipossódica	21
2.3	Assódica	23
2.4	Hipogordurosa	25
2.5	Hipoprotéica	29
2.6	Hipocalórica	31
2.7	Hiperprotéica e Hipercalórica	33
2.8	Laxativa	35
2.9	Com resíduos mínimos (alta absorção ou sem resíduos)	37
2.10	Antifermentativa	39
2.11	Sem irritantes gástricos	41
2.12	Neutropênico	43
2.13	Pobre em vitamina K	45
2.14	Rica em Cálcio	47
2.15	Rica em Ferro	49
2.16	Pobre em Potássio	51
2.17	Dieta Aprotéica	53
2.18	Dieta Hipoalergênica	55
2.19	Dieta Isenta de Glúten	57
2.20	Dieta Hiperprotéica	59

1. Alteração de Consistências

1.1 DIETA GERAL

SIGLA - G

1. INTRODUÇÃO

Dieta que atende as leis da nutrição: lei da harmonia, adequação, qualidade e quantidade dos alimentos.

Não há restrição de preparações e consistência dos alimentos.

2. CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

A dieta geral é indicada para as pessoas que não necessitam de modificações dietoterápicas específicas.

Seu objetivo é o de fornecer uma quantidade suficiente de proteínas, calorias e outros nutrientes.

3. CARACTERÍSTICAS DA DIETA

- Sem alteração de consistência;
- Sem alteração de nutrientes.

4. FRACIONAMENTO DA DIETA

Cinco (5) refeições por dia (desjejum, almoço, lanche da tarde, jantar e lanche da noite).

5. EXEMPLO DE CARDÁPIO DIÁRIO

DESJEJUM



Café com leite, 200ml
Suco, 200ml
Fruta, 1 porção
Pães, 3 unidades de 30g
Margarina, 10g
Geleia, 10g
Queijo, 10g

ALMOÇO

Salada + temperos, 100g
 Arroz, 120g
 Prato principal, 100g
 Guarnição, 80g
 Suco, 200ml
 Sobremesa, 80g

LANCHE DA TARDE

Chá, 200ml
 Açúcar, 18g
 Pães, 2 unidades de 30g
 Margarina, 10g
 Geleia, 10g

JANTAR

Sopa, 200ml
 Arroz, 120g
 Prato principal, 100g
 Guarnição, 80g
 Suco, 200ml
 Sobremesa, 80g

LANCHE DA NOITE

Suco, 200ml
 Bolacha doce, 30g

Todas as refeições são servidas com copos de água, totalizando, no mínimo, 2 litros/dia.

6. VALOR CALÓRICO APROXIMADO

VCT	HC	P	L	FIBRAS	SÓDIO
2.958 kcal	60%	13%	27%	21,9g	3.500mg

1.2 DIETA BRANDA

SIGLA - B

1. INTRODUÇÃO

Dieta de transição entre a pastosa e a geral. Apresenta baixos níveis de celulose e tecido conectivo, abrandados por cocção ou por ação mecânica, facilitando o trabalho digestório.

2. CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

É indicada para pacientes no pós-operatório, enfermidades do esôfago, pacientes com uso de próteses dentárias e aqueles com dificuldades leves na mastigação ou deglutição.

3. CARACTERÍSTICAS DA DIETA

- Dieta com tecidos conectivos e celulose abrandados por cocção;
- Sem alteração de nutrientes;
- Alimentos, que podem, ser excluídos da dieta:
 - Especiarias e condimentos fortes;
 - Bebidas gaseificadas;
 - Hortaliças e legumes crus;
 - Alimentos duros.

4. FRACIONAMENTO DA DIETA

Cinco (5) refeições por dia (desjejum, almoço, lanche da tarde, jantar e lanche da noite).

5. EXEMPLO DE CARDÁPIO DIÁRIO

DESJEJUM



Café com leite, 200ml
Suco, 200ml
Fruta, 1 porção
Pães, 3 unidades de 30g
Margarina, 10g
Geleia, 10g
Queijo, 10g

ALMOÇO

Sopa, 200ml
 Arroz, 120g
 Prato principal, 100g
 Guarnição, 80g
 Suco, 200ml
 Sobremesa, 80g

LANCHE DA TARDE

Chá, 200ml
 Açúcar, 18g
 Pães, 2 unidades de 30g
 Margarina, 10g
 Geleia, 10g

JANTAR

Sopa, 200ml
 Arroz, 120g
 Prato principal, 100g
 Guarnição, 80g
 Suco, 200ml
 Sobremesa, 80g

LANCHE DA NOITE

Suco, 200ml
 Bolacha doce, 30g

Todas as refeições são servidas com copos de água, totalizando, no mínimo, 2 litros/dia.

6. VALOR CALÓRICO APROXIMADO

VCT	HC	P	L	FIBRAS	SÓDIO
3.293 kcal	65%	13%	22%	20,5g	3.600mg

1.3 DIETA PASTOSA

SIGLA - P

1. INTRODUÇÃO

Dieta de transição entre a leve e a branda. Apresenta alimentos abrandados por cocção ou por ação mecânica, facilitando o trabalho digestório, deglutição e a mastigação.

2. CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

É indicada para pacientes com dificuldade de mastigação ou deglutição devido à inflamação, danos neurológicos, distúrbios neuromotores, alterações anatômicas da boca ou esôfago e uso de próteses dentárias.

3. CARACTERÍSTICAS DA DIETA

- Alimentos bem cozidos e de fácil mastigação;
- Sem alteração de nutrientes;
- Alimentos com textura macia, para que possam ser mastigados e deglutidos com pouco esforço;
- Alimentos que podem fazer parte desta dieta:
 - Purês, legumes em pedaços;
 - Carnes desfiadas ou moída;
 - Massas bem cozidas;
 - Pães e biscoitos.

4. FRACIONAMENTO DA DIETA

Cinco (5) refeições por dia (desjejum, almoço, lanche da tarde, jantar e lanche da noite).

5. EXEMPLO DE CARDÁPIO DIÁRIO

DESJEJUM



Café com leite, 200ml
Mingau, 200ml
Suco, 200ml
Fruta macia, 1 porção
Pães, 2 unidades de 30g
Margarina, 10g
Geleia, 10g
Queijo, 10g

ALMOÇO

Sopa, 200ml
 Arroz pastoso, 120g
 Prato principal, desfiado
 ou moído, 100g
 Guarnição, 80g
 Suco, 200ml
 Sobremesa, 80g

LANCHE DA TARDE

Chá, 200ml
 Açúcar, 18g
 Pães, 2 unidades de 30g
 Margarina, 10g
 Geleia, 10g

JANTAR

Sopa, 200ml
 Arroz pastoso, 120g
 Prato principal, desfiado
 ou moído, 100g
 Guarnição, 80g
 Suco, 200ml
 Sobremesa, 80g

LANCHE DA NOITE

Suco, 200ml
 Bolacha doce, 30g

Todas as refeições são servidas com copos de água, totalizando, no mínimo, 2 litros/dia.

6. VALOR CALÓRICO APROXIMADO

VCT	HC	P	L	FIBRAS	SÓDIO
3.340 kcal	65%	12%	23%	20,7g	4.500mg

1.4 DIETA LEVE

SIGLA - L

1. INTRODUÇÃO

Dieta de transição entre a líquida e a pastosa. Tem por finalidade favorecer a digestão dos alimentos em situações com comprometimento de fases mecânicas do processo digestório, numa fase pós-operatória ou em situações que a função gastrointestinal esteja debilitada.

2. CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

É indicada para pacientes com preparo de determinados exames, no pré e pós-operatório, dificuldade de deglutição e mastigação, e em casos de intolerância a alimentos sólidos.

3. CARACTERÍSTICAS DA DIETA

- Proporciona um mínimo trabalho digestório, por provocar pouco estímulo químico e mecânico;
- Normalmente utilizada em pré e pós-operatório;
- Alimentos que podem ser excluídos:
 - Especiarias e condimentos fortes;
 - Bebidas gaseificadas;
 - Hortaliças e legumes crus.

4. FRACIONAMENTO DA DIETA

Cinco (5) refeições por dia (desjejum, almoço, lanche da tarde, jantar e lanche da noite).

5. EXEMPLO DE CARDÁPIO DIÁRIO

DESJEJUM



Café com leite, 200ml
Suco, 200ml
Fruta macia, 1 porção
Pães, 2 unidades de 30g
Margarina, 10g
Geleia, 10g
Queijo, 10g

ALMOÇO

Sopa, 200ml
 Torrada, 15g
 Suco, 200ml
 Sobremesa, 80g

LANCHE DA TARDE

Chá, 200ml
 Açúcar, 18g
 Pães, 2 unidades de 30g
 Margarina, 10g
 Geleia, 10g

JANTAR

Sopa, 200ml
 Torrada, 15g
 Suco, 200ml
 Sobremesa, 80g

LANCHE DA NOITE

Suco, 200ml
 Bolacha doce, 30g

Todas as refeições são servidas com copos de água, totalizando, no mínimo, 2 litros/dia.

6. VALOR CALÓRICO APROXIMADO

VCT	HC	P	L	FIBRAS	SÓDIO
2.590 kcal	79%	6%	15%	12,7g	1.649mg

1.5 DIETA LÍQUIDA

SIGLA - Lq

1. INTRODUÇÃO

Tem por finalidade favorecer a hidratação e facilitar o trabalho digestório.

2. CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

Pacientes com cirurgia de cabeça e pescoço, casos graves de infecção, pós-operatório, transtornos intestinais, preparo de exame e pacientes incapazes de tolerar alimentos sólidos ou com dificuldade de mastigação e deglutição.

3. CARACTERÍSTICAS DA DIETA

- Proporciona um mínimo trabalho digestório, por provocar pouco estímulo químico e mecânico;
- Composta por alimentos na consistência líquida ou que liquefazem na boca;
- Alimentos, que podem ser incluídos na dieta:
 - Leite, iogurte, mingau e vitaminas ralas;
 - Chás e café;
 - Sucos de fruta;
 - Sopas na consistência líquida;
 - Gelatina e sorvete.

4. FRACIONAMENTO DA DIETA

Seis (6) refeições por dia (desjejum, colazione, almoço, lanche da tarde, jantar e lanche da noite).

5. EXEMPLO DE CARDÁPIO DIÁRIO

DESJEJUM



Café com leite, 200ml

Suco, 200ml

Mingau, 200ml

Gelatina, 80g

COLAÇÃO

Suco, 200ml

ALMOÇO

Sopa, 200ml

Suco, 200ml

Gelatina, 80g

**LANCHE DA TARDE**

Chá, 200ml

Açúcar, 18g

Suco, 200ml

Gelatina, 80g

JANTAR

Sopa, 200ml

Suco, 200ml

Gelatina, 80g

**LANCHE DA NOITE**

Iogurte, 200ml

Gelatina, 80g

Todas as refeições são servidas com copos de água, totalizando, no mínimo, 2 litros/dia.

6. VALOR CALÓRICO APROXIMADO

VCT	HC	P	L	FIBRAS	SÓDIO
1.340 kcal	73%	13%	14%	1,4g	150mg

1.6 DIETA CREMOSA

SIGLA - Crem

1. INTRODUÇÃO

A dieta cremosa é baseada na facilidade de manipulação oral, usada como parte do tratamento de disfagia. Na fase inicial de treinamento da deglutição pode ser indicada a alimentação enteral. Durante a fase de treinamento, a fonoaudióloga pode utilizar alimentos com o objetivo de teste.

Os líquidos apresentam maior dificuldade de controle durante a deglutição, portanto, geralmente não são incluídos na dieta. Os alimentos sólidos, assim como os líquidos, são introduzidos gradualmente na dieta.

2. CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

Pacientes que requeiram o mínimo de esforço na mastigação, para fornecer alimentos que estimulem a deglutição, em dieta nutricionalmente adequada e em consistência que evite a aspiração, evitando também a desidratação.

Pacientes que sofreram acidente vascular cerebral (AVC), neoplasias, principalmente de cabeça e pescoço, miastenia grave, doença de Parkinson, degeneração cerebral, síndrome de Guillian - Barré e outros.

3. CARACTERÍSTICAS DA DIETA

- Todos os alimentos são liquidificados, na consistência de creme;
- No mercado atualmente, temos os espessantes industrializados, que podem ser adicionados às preparações quentes ou frias, como sucos de frutas, sopas e água, para melhorar o aporte de líquidos;
- Alimentos, que podem ser incluídos na dieta:
 - Mingau e vitaminas cremosas;
 - Cremes de frutas;
 - Sopas cremosas.

4. FRACIONAMENTO DA DIETA

Inicia-se com três refeições/dia, em pequenos volumes, para testar a tolerância do paciente. Com dieta enteral, o desmame deve acontecer gradualmente. Posteriormente, o fracionamento é feito para seis (6) refeições por dia (desjejum, colação, almoço, lanche da tarde, jantar e lanche da noite).

5. EXEMPLO DE CARDÁPIO DIÁRIO

DESJEJUM

Mingau, 200ml
 Creme de fruta, 200ml
 Suco engrossado, 200ml
 ou coalhada, 90g

COLAÇÃO

Creme de fruta, 200ml

ALMOÇO

Sopa creme, 200ml
 Suco engrossado, 200ml
 Creme de fruta, 80g

LANCHE DA TARDE

Mingau, 200ml
 Creme de fruta, 100ml
 Suco engrossado, 200ml
 ou coalhada, 90g

JANTAR

Sopa creme, 200ml
 Suco engrossado, 200ml
 Creme de fruta, 80g

LANCHE DA NOITE

Mingau, 200ml
 Creme de fruta, 100ml
 Suco engrossado, 200ml
 ou coalhada, 90g

6. VALOR CALÓRICO APROXIMADO

VCT	HC	P	L	FIBRAS	SÓDIO
1.646 kcal	49%	13%	38%	27g	947mg

1.7 DIETA PASTOSA LIQUIDIFICADA

SIGLA - Pastliqf

1. INTRODUÇÃO

Dieta de transição entre a cremosa e a pastosa. Normalmente a avaliação para progressão da dieta é feita pela fonoaudiologia.

2. CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

Pacientes que requeiram o mínimo de esforço na mastigação, para fornecer alimentos que estimulem a deglutição, em dieta nutricionalmente adequada e em consistência que evite a aspiração, evitando também a desidratação.

Pacientes que sofreram acidente vascular cerebral (AVC), neoplasias, principalmente de cabeça e pescoço, miastenia grave, doença de Parkinson, degeneração cerebral, síndrome de Guillian - Barré e outros.

3. CARACTERÍSTICAS DA DIETA

- Todos os alimentos são liquidificados;
- No mercado atualmente, temos os espessantes industrializados, que podem ser adicionados às preparações quentes ou frias, como sucos de frutas, sopas e água, para melhorar o aporte de líquidos;
- Nesta dieta, os alimentos das refeições salgadas são ofertados separadamente, permitindo diferenciação pelo paciente;
- Alimentos que podem ser incluídos na dieta:
 - Mingau e vitaminas cremosas;
 - Cremes de frutas;
 - Sopas cremosas;
 - Carnes liquidificadas;
 - Legumes e verduras na consistência de creme.

4. FRACIONAMENTO DA DIETA

Seis (6) refeições por dia (desjejum, colação, almoço, lanche da tarde, jantar e lanche da noite).

5. EXEMPLO DE CARDÁPIO DIÁRIO

DESJEJUM

Mingau, 200ml
 Creme de fruta, 200ml
 Suco engrossado, 200ml
 ou coalhada, 90g

COLAÇÃO

Creme de fruta, 200ml

ALMOÇO

Sopa creme, 200ml
 Arroz liquidificado, 120g
 Carne liquidificada, 100g
 Purê variado, 80g
 Suco engrossado, 200ml
 Creme de fruta, 80g

LANCHE DA TARDE

Mingau, 200ml
 Creme de fruta, 200ml
 Suco engrossado, 200ml

JANTAR

Sopa creme, 200ml
 Arroz liquidificado, 120g
 Carne liquidificada, 100g
 Purê variado, 80g
 Suco engrossado, 200ml
 Creme de fruta, 80g

LANCHE DA NOITE

Mingau, 200ml
 Creme de fruta, 200ml
 Suco engrossado, 200ml

6. VALOR CALÓRICO APROXIMADO

VCT	HC	P	L	FIBRAS	SÓDIO
2.489 kcal	46%	17%	37%	25,2g	3.040mg

1.8 DIETA LÍQUIDOS

SIGLA - Lqdos

1. INTRODUÇÃO

Dieta restrita em nutrientes, geralmente empregada no pós-operatório, preparo para exames ou para pacientes que necessitem de repouso gastrointestinal. Tem como finalidade a hidratação do paciente.

2. CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

É indicada para pacientes que necessitem de repouso gastrointestinal.

3. CARACTERÍSTICAS DA DIETA

- Dieta qualitativa e quantitativamente inadequada para cobrir as necessidades nutricionais dos micronutrientes;
- Necessidade de suplementação e monitorização clínica do paciente, em relação ao estado nutricional;
- Dieta constituída apenas de:
 - Água;
 - Chás claros com adoçante;
 - Gelatinas diet.

4. FRACIONAMENTO DA DIETA

Seis (6) refeições por dia (desjejum, colação, almoço, lanche da tarde, jantar e lanche da noite).

5. EXEMPLO DE CARDÁPIO DIÁRIO

DESJEJUM

Chá claro, 200ml

Adoçante, 2,4g

Gelatina diet, 80g

COLAÇÃO	Gelatina diet, 80g
ALMOÇO	Chá claro, 200ml Adoçante, 2,4g Gelatina diet, 80g
LANCHE DA TARDE	Chá claro, 200ml Adoçante, 2,4g Gelatina diet, 80g
JANTAR	Chá claro, 200ml Adoçante, 2,4g Gelatina diet, 80g
LANCHE DA NOITE	Chá claro, 200ml Adoçante, 2,4g Gelatina diet, 80g

Todas as refeições são servidas com copos de água, totalizando, no mínimo, 2 litros/dia.

6. VALOR CALÓRICO APROXIMADO

VCT	HC	P	L	FIBRAS	SÓDIO
46,4 kcal	59%	41%	0%	0g	10mg

1.9 DIETA ENTERAL

SIGLA - D ENTERAL

1. INTRODUÇÃO

Segundo a portaria nº337 (14/04/99) e da resolução 63 (06/07/00) da ANVISA, pode-se definir a nutrição enteral como: "Alimento para fins especiais, com ingestão controlada de nutrientes, na forma isolada ou combinada, de composição química definida ou estimada, especialmente elaborada para uso por sondas ou via oral industrializados ou não, utilizado exclusiva ou parcialmente para substituir ou complementar a alimentação oral em pacientes desnutridos ou não, conforme suas necessidades nutricionais, em regime hospitalar ou domiciliar, usando a síntese ou manutenção de tecidos, órgãos ou sistemas."

2. CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

Pacientes com ingestão menor que 60% das suas necessidades nutricionais, nos quais já tenham sido aplicadas diversas terapêuticas, ou com comprometimento parcial do trato gastrointestinal.

Nos pacientes que necessitam de suporte nutricional por curto período (menos de 6 semanas), a sonda nasoenteral (SNE) é a mais utilizada, devido ao baixo custo e fácil aplicação. Já a gastrostomia e jejunostomia, são usadas em geral quando o paciente ficará com a terapia nutricional por mais de 6 semanas.

3. CARACTERÍSTICAS DA DIETA

A nutrição enteral (NE) através de sondas é indicada na impossibilidade da via oral ou quando a ingestão oral é inadequada para prover as necessidades nutricionais diárias recomendadas, contando com o trato digestório total ou parcialmente funcionante, ou ainda na vigência de deglutição comprometida.

Na escolha da fórmula enteral mais indicada ao paciente, deve-se proceder à avaliação clínica e nutricional do paciente, bem como conhecer as opções de

fórmulas enterais disponíveis no mercado, a fim de que as metas nutricionais traçadas possam ser alcançadas.

4. FRACIONAMENTO DA DIETA

Técnicas de administração dividem-se em:

- Intermitente

Quando a fórmula enteral é administrada em períodos fracionados. O volume a ser infundido por período deve ser planejado de acordo com as condições do caso, e normalmente inicia-se com 50 ml a 150 ml por período e o volume é aumentado gradativamente, de acordo com a aceitação do paciente. Pode ocorrer de forma gravitacional ou em bolo. A administração da dieta enteral de forma intermitente gravitacional utiliza a força da gravidade. O frasco é posicionado de forma a permitir que a dieta corra pelo equipo. Uma pinça(clamp) controla o gotejamento.

Já a administração em bolo é feita utilizando-se uma seringa. Esta técnica é muito empregada em nível domiciliar, porém pode resultar em desconforto abdominal.

- Contínua

É realizada através de bomba de infusão. Este método permite o controle do volume a ser infundido durante um período. Isso porque a bomba é capaz de manter a velocidade de infusão conforme o planejamento.

Deve-se considerar tanto o método intermitente, como no contínuo, a evolução do volume administrado deve ocorrer considerando a condição clínica do paciente, a meta nutricional estabelecida e a ausência de vômitos, distensão abdominal, diarreia e outras.

5. EXEMPLO DE CARDÁPIO DIÁRIO

** Não se aplica

2. Composição de Nutrientes

2.1 DIETA PARA DIABETES

SIGLA - Db

1. INTRODUÇÃO

A dieta é a base do tratamento desta patologia, quer como medida exclusiva ou conciliado ao tratamento medicamentoso.

É uma dieta onde há a restrição de carboidratos simples e a introdução de carboidratos complexos, auxiliando no controle glicêmico.

2. CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

É indicada para paciente com diabetes, tendo como objetivo corrigir as anomalias metabólicas características do diabetes, manter o peso ideal e prevenir complicações associadas ao diabetes.

3. CARACTERÍSTICAS DA DIETA

- Hipocalórica, hipoglicídica, normoprotéica e normolipídica;
- Controlar o nível de glicemia do paciente, evitando crises de hipoglicemia ou hiperglicemia.

4. FRACIONAMENTO DA DIETA

Seis (6) refeições por dia (desjejum, colazione, almoço, lanche da tarde, jantar e lanche da noite).

5. EXEMPLO DE CARDÁPIO DIÁRIO

DESJEJUM



Café com leite
desnatado, 200ml
Adoçante, 2,4g
Suco diet, 200ml
Fruta, 1 porção
Pães, 1 unidade de 30g
Margarina, 10g
Geleia diet, 10g
Queijo, 10g

COLAÇÃO

Fruta, 1 porção

ALMOÇO

Salada + temperos, 100g
 Arroz integral, 120g
 Prato principal, 100g
 Guarnição, 80g
 Suco diet, 200ml
 Sobremesa diet, 80g

LANCHE DA TARDE

Chá, 200ml
 Adoçante, 2,4g
 Pães, 1 unidade de 30g
 Margarina, 10g
 Geleia diet, 10g

JANTAR

Sopa, 200ml
 Arroz integral, 120g
 Prato principal, 100g
 Guarnição, 80g
 Suco diet, 200ml
 Sobremesa diet, 80g

LANCHE DA NOITE

Iogurte diet, 200ml
 Bolacha salgada, 20g

Todas as refeições são servidas com copos de água, totalizando, no mínimo, 2 litros/dia.

6. VALOR CALÓRICO APROXIMADO

VCT	HC	P	L	FIBRAS	SÓDIO
1.669 kcal	44%	22%	34%	16,6g	2.456mg

2.2 DIETA HIPOSSÓDICA

SIGLA - hss

1. INTRODUÇÃO

As dietas hipossódicas são prescritas primariamente para a prevenção ou controle de edemas e hipertensão ou hipernatremia.

2. CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

É indicada para pacientes renais, cardíacos, que apresentam hipertensão, com ou sem edema.

3. CARACTERÍSTICAS DA DIETA

- Dependendo da severidade da doença, a restrição de sódio será determinada podendo variar entre restrição leve de sódio até 1000 mg de sódio diário;
- Não são permitidos alimentos enlatados, industrializados ou embutidos;
- A dieta é preparada sem o acréscimo de sal (apenas com temperos naturais), sendo encaminhado, no almoço e jantar, um sachê de sal (1g) para acréscimo.

4. FRACIONAMENTO DA DIETA

Cinco (5) refeições por dia (desjejum, almoço, lanche da tarde, jantar e lanche da noite).

5. EXEMPLO DE CARDÁPIO DIÁRIO

DESJEJUM

Café com leite, 200ml
Suco, 200ml
Fruta, 1 porção
Pães, 3 unidades de 30g
Margarina, 10g
Geleia, 10g
Queijo branco, 10g

ALMOÇO

Salada + temperos, 100g
 Arroz, 120g
 Prato principal, 100g
 Guarnição, 80g
 Suco, 200ml
 Sobremesa, 80g

LANCHE DA TARDE

Chá, 200ml
 Açúcar, 18g
 Pães, 2 unidades de 30g
 Margarina, 10g
 Geleia, 10g

JANTAR

Sopa, 200ml
 Arroz, 120g
 Prato principal, 100g
 Guarnição, 80g
 Suco, 200ml
 Sobremesa, 80g

LANCHE DA NOITE

Iogurte, 200ml
 Bolacha doce, 30g

Todas as preparações são isentas de sal no preparo, inclusive os pães e os queijos.

Todas as refeições são servidas com copos de água, totalizando, no mínimo, 2 litros/dia.

6. VALOR CALÓRICO APROXIMADO

VCT	HC	P	L	FIBRAS	SÓDIO
2.336 kcal	49%	21%	30%	17,6g	2.200mg



2.3 DIETA ASSÓDICA

SIGLA - ass

1. INTRODUÇÃO

Dieta assódica é a dieta sem nenhuma adição de sódio.

2. CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

É indicada para pacientes com problemas renais ou hepáticos, principalmente nos casos mais avançados da doença.

3. CARACTERÍSTICAS DA DIETA

- Não é permitida nenhuma adição de sal na dieta oferecida;
- Não são permitidos alimentos enlatados, industrializados ou embutidos;
- A dieta é preparada sem o acréscimo de sal (apenas com temperos naturais).

4. FRACIONAMENTO DA DIETA

Cinco (5) refeições por dia (desjejum, almoço, lanche da tarde, jantar e lanche da noite).

5. EXEMPLO DE CARDÁPIO DIÁRIO

DESJEJUM

Café com leite, 200ml
Suco, 200ml
Fruta, 1 porção
Pães, 3 unidades de 30g
Margarina, 10g
Geleia, 10g
Queijo branco, 10g

ALMOÇO

Salada + temperos, 100g
Arroz, 120g
Prato principal, 100g
Guarnição, 80g
Suco, 200ml
Sobremesa, 80g

LANCHE DA TARDE

Chá, 200ml
Açúcar, 18g
Pães, 2 unidades de 30g
Margarina, 10g
Geleia, 10g

JANTAR

Sopa, 200ml
Arroz, 120g
Prato principal, 100g
Guarnição, 80g
Suco, 200ml
Sobremesa, 80g

LANCHE DA NOITE

Iogurte, 200ml
Bolacha doce, 30g

Todas as preparações são isentas de sal no preparo, inclusive os pães e os queijos.

Todas as refeições são servidas com copos de água, totalizando, no mínimo, 2 litros/dia.

6. VALOR CALÓRICO APROXIMADO

VCT	HC	P	L	FIBRAS	SÓDIO
2.336 kcal	49%	21%	30%	17,6g	1.400 mg

2.4 DIETA HIPOGORDUOSA

SIGLA - hg

1. INTRODUÇÃO

Dieta isenta da adição de gorduras e restrita em alimentos ricos em lipídios.

Deve conter aproximadamente 20% ou menos do valor calórico total proveniente dos lipídios.

A restrição de gorduras implica tanto na limitação de gorduras visíveis como de gordura incorporada ao alimento.

2. CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

Destina-se a pacientes onde a restrição de gorduras pode interferir, favoravelmente, no sistema digestivo.

3. CARACTERÍSTICAS DA DIETA

- Necessidade calórica:
- 30 a 40 Kcal/Kg de peso ideal (normalmente ocorre ascite ou edema de membros inferiores). No caso de desnutrição e paciente estável, programar dieta hipercalórica para recuperação. No caso de encefalopatia hepática, 25 a 30 Kcal/ Kg de peso ideal;
- Lipídios: até no máximo 30% do VCT. No caso de icterícia ou colestase, 20% (hipolipídica), podendo adotar o uso de triglicérides de cadeia média como gordura de adição, uma vez que esse tipo de gordura não depende da emulsificação com sais biliares para sua absorção;
- Carboidratos: como pode haver intolerância à glicose, é necessário acompanhar a glicemia, e, no caso de hiperglicemia, deve-se excluir os monossacarídeos e dissacarídeos;

- Sódio: há necessidade de restrição conforme o grau de edema e os níveis séricos:
 - * em ascite descompensada, 500 a 700 mg/ dia (22 a 30mEq/dia);
 - * na reabsorção da ascite, 1000 a 1200mg/dia (43 a 52 mEq/dia)
- Potássio: pode haver necessidade de reposição, devido ao aumento das perdas renais. É necessário acompanhar exames;
- Líquidos: é preciso observar o balanço hídrico. A indicação de restrição é polêmica, mas normalmente é indicada quando o sódio sérico é $< 130\text{mEq/l}$;
- Necessidade protéica: 0,8 a 1,8g proteína /Kg peso ideal, para manter balanço nitrogenado positivo. Em caso de encefalopatia hepática, restringir a proteínas de alto valor biológico (PAVB).

4. FRACIONAMENTO DA DIETA

Cinco (5) refeições por dia (desjejum, almoço, lanche da tarde, jantar e lanche da noite).

5. EXEMPLO DE CARDÁPIO DIÁRIO

DESJEJUM

Café com leite
desnatado, 200ml
Suco, 200ml
Fruta, 1 porção
Pães, 3 unidades de 30g
Geleia, 20g

ALMOÇO

Salada + vinagre e
sal, 100g
Arroz, 120g
Prato principal, 100g
Guarnição, 80g
Suco, 200ml
Sobremesa, 80g

LANCHE DA TARDE

Chá, 200ml
Açúcar, 18g
Pães, 2 unidades de 30g
Geleia, 20g

JANTAR

Sopa, 200ml
Arroz, 120g
Prato principal, 100g
Guarnição, 80g
Suco, 200ml
Sobremesa, 80g

LANCHE DA NOITE

Iogurte desnatado,
200ml
Bolacha doce, 100g

Todos os alimentos são preparados sem a adição de qualquer tipo de gordura.

Todas as refeições são servidas com copos de água, totalizando, no mínimo, 2 litros/dia.

6. VALOR CALÓRICO APROXIMADO

VCT	HC	P	L	FIBRAS	SÓDIO
2.900 kcal	69%	18%	13%	26g	3.200mg

1. INTRODUÇÃO

Dieta restrita em proteínas, a fim de diminuir o trabalho renal e hepático, dependendo do grau de evolução da doença.

2. CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

A dieta hipoprotéica é indicada para pacientes com problemas renais ou hepáticos.

3. CARACTERÍSTICAS DA DIETA

- Dieta normocalórica, hiperglicídica, hipoprotéica e normolipídica;
- Restringir a quantidade de PAVB (proteína de alto valor biológico) nas refeições.

4. FRACIONAMENTO DA DIETA

Cinco (5) refeições por dia (desjejum, almoço, lanche da tarde, jantar e lanche da noite).

5. EXEMPLO DE CARDÁPIO DIÁRIO

DESJEJUM

Café com leite, 200ml
Suco, 200ml
Fruta, 1 porção
Pães, 3 unidades de 30g
Margarina, 10g
Geleia, 10g

ALMOÇO

Salada + temperos, 100g
Arroz, 120g
Prato principal, 60g
Guarnição, 80g
Suco, 200ml
Fruta, 1 porção

LANCHE DA TARDE

Chá, 200ml
Açúcar, 18g
Pães, 2 unidades de 30g
Margarina, 10g
Geleia, 10g

JANTAR

Sopa (s/carne), 200ml
Arroz, 120g
Prato principal, 60g
Guarnição, 80g
Suco, 200ml
Fruta, 1 porção

LANCHE DA NOITE

Suco, 200ml
Bolacha doce, 30g

Todas as refeições são servidas com copos de água, totalizando, no mínimo, 2 litros/dia.

6. VALOR CALÓRICO APROXIMADO

VCT	HC	P	L	FIBRAS	SÓDIO
2.678 kcal	67%	11%	22%	25g	3.300mg

1. INTRODUÇÃO

É uma dieta harmônica, balanceada, onde há a restrição de calorias fornecidas ao paciente.

A redução calórica requer critério e acompanhamento de profissionais, individualizando o cardápio, uma vez que as necessidades energéticas variam de pessoa para pessoa.

É importante ressaltar que a redução calórica da dieta não pode implicar na supressão dos principais nutrientes essenciais à vida.

2. CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

A dieta hipocalórica é indicada para as paciente com distúrbios alimentares ou obesidade.

3. CARACTERÍSTICAS DA DIETA

- Dieta com restrição de carboidratos simples e açúcares;
- Excluir da dieta alimentos gordurosos;
- Introdução de alimentos isentos de açúcares.

4. FRACIONAMENTO DA DIETA

Cinco (5) refeições por dia (desjejum, almoço, lanche da tarde, jantar e lanche da noite).

5. EXEMPLO DE CARDÁPIO DIÁRIO

DESJEJUM

Café com leite
desnatado, 200ml
Adoçante, 2,4g
Suco diet, 200ml
Fruta, 1 porção
Pães, 2 unidades de 30g
Margarina, 10g
Geleia diet, 10g
Queijo, 10g

ALMOÇO

Salada + temperos, 100g
Arroz integral, 120g
Prato principal, 100g
Guarnição, 80g
Suco diet, 200ml
Sobremesa diet, 80g

LANCHE DA TARDE

Chá, 200ml
Adoçante, 2,4g
Pães, 1 unidade de 30g
Margarina, 10g
Geleia diet, 10g

JANTAR

Sopa, 200ml
Arroz integral, 120g
Prato principal, 100g
Guarnição, 80g
Suco diet, 200ml
Sobremesa diet, 80g

LANCHE DA NOITE

Iogurte diet, 200ml
Bolacha salgada, 20g

Todas as refeições são servidas com copos de água, totalizando, no mínimo, 2 litros/dia.

6. VALOR CALÓRICO APROXIMADO

VCT	HC	P	L	FIBRAS	SÓDIO
1.683 kcal	44%	22%	34%	14,8g	2.630mg

2.7 DIETA HIPERPROTÉICA E HIPERCALÓRICA

SIGLA - HH

1. INTRODUÇÃO

Composta por nutrientes necessários ao organismo para sua manutenção, reparação, processos vitais, crescimento e desenvolvimento.

Acrescida de um aporte de calorias e proteínas.

2. CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

Dieta indicada para paciente que necessitam de reposição de proteínas e calorias, devido a perda de massa corpórea, hipercatabolismo, queimaduras ou pacientes que estejam com o estado imunológico diminuído.

3. CARACTERÍSTICAS DA DIETA

- Hipercalórica, hiperglicídica, hiperprotéica e normolipídica;
- Aumento da oferta de alimentos fontes de proteínas, principalmente as PAVB (proteína de alto valor biológico).

4. FRACIONAMENTO DA DIETA

Cinco (5) refeições por dia (desjejum, almoço, lanche da tarde, jantar e lanche da noite).

5. EXEMPLO DE CARDÁPIO DIÁRIO

DESJEJUM

Café com leite, 200ml
Suco, 200ml
Fruta, 1 porção
Pães, 3 unidades de 30g
Margarina, 10g
Geleia, 10g
Queijo, 10g

ALMOÇO

Salada + temperos, 100g
Arroz, 120g
Prato principal, 150g
Guarnição, 80g
Suco, 200ml
Sobremesa, 80g

LANCHE DA TARDE

Café com leite, 200ml
Suco, 200ml
Fruta, 1 porção
Pães, 3 unidades, 30g
Margarina, 10g
Geleia, 10g
Queijo, 10g

JANTAR

Sopa, 200ml
Arroz, 120g
Prato principal, 150g
Guarnição, 80g
Suco, 200ml
Sobremesa, 80g

LANCHE DA NOITE

Iogurte, 200ml
Bolacha doce, 30g

Todas as refeições são servidas com copos de água, totalizando, no mínimo, 2 litros/dia.

6. VALOR CALÓRICO APROXIMADO

VCT	HC	P	L	FIBRAS	SÓDIO
3.485 kcal	57%	15%	28%	12g	4.600mg

1. INTRODUÇÃO

Dieta rica em alimentos formadores de resíduos intestinais, inclui alimentos ricos em fibras insolúveis, uma vez que estas não são digeridas, e agem aumentando o volume fecal e estimulando o peristaltismo intestinal.

2. CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

Dieta indicada para paciente com obstipação intestinal, em casos de hiperglicemia, hiperlipidemia e hipercolesterolemia.

3. CARACTERÍSTICAS DA DIETA

- Facilitar o trânsito intestinal;
- Indicam-se alimentos integrais como pães, biscoitos, farinhas, frutas como ameixa, mamão, verduras, arroz, massas;
- Importante estimular a ingestão de água.

4. FRACIONAMENTO DA DIETA

Cinco (5) refeições por dia (desjejum, almoço, lanche da tarde, jantar e lanche da noite).

5. EXEMPLO DE CARDÁPIO DIÁRIO

DESJEJUM

Café com leite, 200ml
Suco, 200ml
Fruta, 1 porção
Pães, 3 unidades de 30g
Creme de ameixa, 100ml
Margarina, 10g
Geleia, 10g
Queijo, 10g

ALMOÇO

Salada + temperos, 100g
Arroz, 120g
Prato principal, 100g
Guarnição, 80g
Verdura refogada, 80g
Suco, 200ml
Sobremesa, 80g

LANCHE DA TARDE

Chá, 200ml
Açúcar, 18g
Pães, 3 unidades de 30g
Creme de ameixa, 100ml
Margarina, 10g
Geleia, 10g

JANTAR

Sopa, 200ml
Arroz, 120g
Prato principal, 150g
Guarnição, 80g
Verdura refogada, 80g
Suco, 200ml
Sobremesa, 80g

LANCHE DA NOITE

Iogurte, 200ml
Bolacha doce, 30g
Creme de ameixa, 100ml

Todas as refeições são servidas com copos de água, totalizando, no mínimo, 2 litros/dia.

6. VALOR CALÓRICO APROXIMADO

VCT	HC	P	L	FIBRAS	SÓDIO
3.400 kcal	65%	12%	23%	31g	3.600mg

2.9 DIETA COM RESÍDUOS MÍNIMOS (DE ALTA ABSORÇÃO OU SEM RESÍDUOS)

SIGLA - S/R

1. INTRODUÇÃO

É uma dieta pobre em alimentos formadores de resíduos intestinais, a fim de poupar o trato gastrointestinal.

2. CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

Dieta indicada para pacientes cuja condição clínica exija modificações dietoterápicas por interferir no sistema digestório como nos casos de preparos cirúrgicos, diarreia aguda, doença de Crohn, síndrome do cólon irritável, diverticulite, colite ulcerativa e em quadros crônicos onde seja necessário repouso intestinal, ou moderação do trânsito intestinal, controlando o peristaltismo.

3. CARACTERÍSTICAS DA DIETA

- Oferta de líquidos e eletrólitos suficientes para repor as perdas, como água de coco e bebidas isotônicas, são interessantes por serem ricas em potássio;
- A oferta de fontes de fibras solúveis é importante para auxiliar no controle intestinal através da viscosidade que proporciona, bem como pela possibilidade de produção de ácidos graxos de cadeia curta, importantes para integridade e recuperação da mucosa intestinal;
- Alimentos que podem ser excluídos da dieta:
 - Especiarias e condimentos fortes;
 - Bebidas gaseificadas;
 - Hortaliças e legumes crus;
 - Leite e derivados;
 - Frutas ricas em fibras;
 - Doces e açúcar;
 - As frutas deverão ser consumidas sem casca.

4. FRACIONAMENTO DA DIETA

Cinco (5) refeições por dia (desjejum, almoço, lanche da tarde, jantar e lanche da noite).

5. EXEMPLO DE CARDÁPIO DIÁRIO

DESJEJUM	Chá, 200ml Adoçante, 2,4g Suco diet, 200ml Fruta como melão, 1 porção Pães brancos, 3 unidades de 30g Geleia diet, 20g
ALMOÇO	Sopa, 200ml Arroz branco, 120g Prato principal, 100g Guarnição, 80g Suco diet, 200ml Sobremesa, 80g
LANCHE DA TARDE	Chá, 200ml Adoçante, 2,4g Pães, 2 unidades de 30g Geleia diet, 20g
JANTAR	Sopa, 200ml Arroz branco, 120g Prato principal, 100g Guarnição, 80g Suco diet, 200ml Sobremesa, 80g
LANCHE DA NOITE	Chá, 200ml Adoçante, 2,4g Torrada, 15g Geleia diet, 20g

Todas as refeições são servidas com copos de água, totalizando, no mínimo, 2 litros/dia.

A água de coco e a bebida isotônica deverão estar prescritas.

6. VALOR CALÓRICO APROXIMADO

VCT	HC	P	L	FIBRAS	SÓDIO
1.455 kcal	57%	28%	15%	4,4g	1.828mg

2.10 DIETA ANTIFERMENTATIVA

SIGLA - Aferm

1. INTRODUÇÃO

Dieta em que são excluídos todos os alimentos fermentativos.

2. CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

Dieta indicada para pacientes com desvio de flora intestinal ou distensão abdominal causada por gases.

3. CARACTERÍSTICAS DA DIETA

- Normocalórica, normoprotéica, normoglicídica, hipogordurosa;
- Recomenda-se a utilização de adoçante no lugar de açúcar;
- Alimentos que podem ser excluídos da dieta:
 - Especiarias e condimentos fortes;
 - Bebidas gaseificadas;
 - Leguminosas (feijão, ervilha, lentilha...);
 - Leite e derivados;
 - Vegetais crucíferos: Brócolis, couve-flor, couve e etc.

4. FRACIONAMENTO DA DIETA

Cinco (5) refeições por dia (desjejum, almoço, lanche da tarde, jantar e lanche da noite).

5. EXEMPLO DE CARDÁPIO DIÁRIO

DESJEJUM

Chá, 200ml
Adoçante, 2,4g
Suco diet, 200ml
Fruta como melão,
1 porção
Pães brancos, 3 unidades
de 30g
Geleia diet, 20g

ALMOÇO

Sopa, 200ml
Arroz branco, 120g
Prato principal, 100g
Guarnição, 80g
Suco diet, 200ml
Sobremesa, 80g

LANCHE DA TARDE

Chá, 200ml
Adoçante, 2,4g
Pães, 2 unidades de 30g
Geleia diet, 20g

JANTAR

Sopa, 200ml
Arroz branco, 120g
Prato principal, 100g
Guarnição, 80g
Suco diet, 200ml
Sobremesa, 80g

LANCHE DA NOITE

Chá, 200ml
Adoçante, 2,4g
Torrada, 15g
Geleia diet, 20g

Todas as refeições são servidas com copos de água, totalizando, no mínimo, 2 litros/dia.

6. VALOR CALÓRICO APROXIMADO

VCT	HC	P	L	FIBRAS	SÓDIO
1.455 kcal	57%	28%	15%	4,4g	1.828mg

2.11 DIETA SEM IRRITANTES GÁSTRICOS

SIGLA - Ulc

1. INTRODUÇÃO

Dieta isenta de alimentos que estimulam a secreção ácida gástrica e isenta de irritantes gástricos.

2. CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

É indicada para pacientes com distúrbios gástricos.

3. CARACTERÍSTICAS DA DIETA

- Consistência: adaptada às condições da cavidade oral e conforme tolerância individual;
- O leite deve ser consumido como parte integrante da alimentação na quantidade que é recomendada nos guias alimentares, e não em quantidades abusivas com o objetivo de aliviar a dor;
- Alimentos que podem ser excluídos da dieta:
 - frituras de imersão;
 - bebidas alcoólicas;
 - café e chás escuros;
 - refrigerantes;
 - pimenta;
 - doces concentrados;
 - frutas ácidas.

4. FRACIONAMENTO DA DIETA

Seis (6) refeições por dia (desjejum, colazione, almoço, lanche da tarde, jantar e lanche da noite).

5. EXEMPLO DE CARDÁPIO DIÁRIO

DESJEJUM

Chá, 200ml
Suco, 200ml
Fruta, 1 porção
Pães, 3 unidades de 30g
Margarina, 10g
Geleia, 10g
Queijo branco, 10g

COLAÇÃO

Fruta, 1 porção

ALMOÇO

Sopa, 200ml
Arroz, 120g
Prato principal, 100g
Guarnição, 80g
Suco, 200ml
Sobremesa, 80g

LANCHE DA TARDE

Chá, 200ml
Açúcar, 18g
Pães, 2 unidades de 30g
Margarina, 10g
Geleia, 10g

JANTAR

Sopa, 200ml
Arroz, 120g
Prato principal, 100g
Guarnição, 80g
Suco, 200ml
Sobremesa, 80g

LANCHE DA NOITE

Iogurte, 200ml
Bolacha doce, 100g

Todas as refeições são servidas com copos de água, totalizando, no mínimo, 2 litros/dia.

6. VALOR CALÓRICO APROXIMADO

VCT	HC	P	L	FIBRAS	SÓDIO
2.782 kcal	62%	14%	24%	23g	4.400mg

2.12 DIETA PARA NEUTROPÊNICO

SIGLA - Alimcoz

1. INTRODUÇÃO

Dieta em que os alimentos oferecidos possuem baixo risco de contaminação e manipulação.

2. CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

É indicada para pacientes com diminuição do sistema imunológico.

3. CARACTERÍSTICAS DA DIETA

- Sem alteração de nutrientes;
- Todos os alimentos passam pelo processo de cocção ou são oferecidos em embalagem original (sem violação);
- Alimentos que podem ser excluídos da dieta:
 - Frios;
 - Alimentos crus;
 - Leite fermentado.

4. FRACIONAMENTO DA DIETA

Cinco (5) refeições por dia (desjejum, almoço, lanche da tarde, jantar e lanche da noite).

5. EXEMPLO DE CARDÁPIO DIÁRIO

DESJEJUM

Café com leite, 200ml
Suco, 200ml
Fruta cozida, 1 porção
Pães, 3 unidades de 30g
Margarina, 10g
Geleia, 10g
Queijo Pasteurizado, 10g

ALMOÇO

Sopa, 200ml
Arroz, 120g
Prato principal, 100g
Guarnição, 80g
Suco, 200ml
Sobremesa, 80g

LANCHE DA TARDE

Chá, 200ml
Açúcar, 18g
Pães, 2 unidades de 30g
Margarina, 10g
Geleia, 10g

JANTAR

Sopa, 200ml
Arroz, 120g
Prato principal, 100g
Guarnição, 80g
Suco, 200ml
Sobremesa, 80g

LANCHE DA NOITE

Iogurte, 200ml
Bolacha doce, 100g

Todas as refeições são servidas com copos de água, totalizando, no mínimo, 2 litros/dia.

6. VALOR CALÓRICO APROXIMADO

VCT	HC	P	L	FIBRAS	SÓDIO
3.360 kcal	66%	12%	22%	19,2g	4.630mg

2.13 DIETA POBRE EM VITAMINA K

1. INTRODUÇÃO

Dieta recomendada para pacientes em uso de medicamento, cujo princípio ativo é a varfarina.

2. CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

Dieta indicada para pacientes com medicamento anticoagulante.

3. CARACTERÍSTICAS DA DIETA

- Sem alteração de consistência;
- Alimentos excluídos da dieta, por inativar os efeitos dos anticoagulantes:
 - Verduras e alimentos verdes escuras;
 - Lentilha;
 - Gema de ovo;
 - Azeite de oliva.

4. FRACIONAMENTO DA DIETA

Cinco (5) refeições por dia (desjejum, almoço, lanche da tarde, jantar e lanche da noite).

5. EXEMPLO DE CARDÁPIO DIÁRIO

DESJEJUM

Café com leite, 200ml
Suco, 200ml
Fruta, 1 porção
Pães, 3 unidades de 30g
Margarina, 10g
Geleia, 10g
Queijo, 10g

ALMOÇO

Salada + temperos, 100g
 Arroz, 120g
 Prato principal, 100g
 Guarnição, 80g
 Suco, 200ml
 Sobremesa, 80g

LANCHE DA TARDE

Chá, 200ml
 Açúcar, 18g
 Pães, 2 unidades de 30g
 Margarina, 10g
 Geleia, 10g

JANTAR

Sopa, 200ml
 Arroz, 120g
 Prato principal, 100g
 Guarnição, 80g
 Suco, 200ml
 Sobremesa, 80g

LANCHE DA NOITE

Iogurte, 200ml
 Bolacha doce, 100g

Todas as refeições são servidas com copos de água, totalizando, no mínimo, 2 litros/dia.

6. VALOR CALÓRICO APROXIMADO

VCT	HC	P	L	FIBRAS	SÓDIO
2.958 kcal	60%	13%	27%	21,9g	3.500mg

2.14 DIETA RICA EM CÁLCIO

1. INTRODUÇÃO

Dieta que atende as leis da nutrição, lei da harmonia, adequação, qualidade e quantidade dos alimentos, enriquecida com alimentos fonte de cálcio.

2. CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

É indicada para pacientes que necessitem de suplementação de cálcio e em condições normais de alimentação, sem restrição de nutrientes e alimentos quanto à consistência.

3. CARACTERÍSTICAS DA DIETA

- Sem alteração de consistência;
- Inclusão de alimentos contendo leite, seus derivados e vegetais verde-escuros.

4. FRACIONAMENTO DA DIETA

Cinco (5) refeições por dia (desjejum, almoço, lanche da tarde, jantar e lanche da noite).

5. EXEMPLO DE CARDÁPIO DIÁRIO

DESJEJUM

Café com leite, 200ml
Suco, 200ml
Fruta, 1 porção
Pães, 3 unidades de 30g
Margarina, 10g
Geleia, 10g
Queijo, 10g

ALMOÇO

Salada + temperos, 100g
Arroz, 120g
Prato principal, 100g
Guarnição, 80g
Suco, 200ml
Sobremesa, 80g

LANCHE DA TARDE

Café com leite, 200ml
Açúcar, 18g
Iogurte, 200ml
Pães, 2 unidades de 30g
Margarina, 10g
Geleia, 10g

JANTAR

Sopa, 200ml
Arroz, 120g
Prato principal, 100g
Guarnição, 80g
Suco, 200ml
Sobremesa, 80g

LANCHE DA NOITE

Café com leite, 200ml
Bolacha doce, 100g

Todas as refeições são servidas com copos de água, totalizando, no mínimo, 2 litros/dia.

6. VALOR CALÓRICO APROXIMADO

VCT	HC	P	L	FIBRAS	SÓDIO
3.483 kcal	57%	15%	28%	17g	4.600mg

2.15 DIETA RICA EM FERRO

1. INTRODUÇÃO

A anemia ferropriva é a maior causa de distúrbios à saúde e perda de capacidade de trabalho. Muitas vezes a deficiência não se dá apenas pela baixa ingestão do mineral, mas sim pela forma que é feita a veiculação do ferro em nosso organismo.

As causas da carência deste mineral podem ser as mais diversas: uma dieta rica em cereais e pobres em carne, absorção inadequada, doenças intestinais, remoção cirúrgica do estômago e perda excessiva de sangue.

2. CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

Esta dieta é indicada a pacientes que necessitem de um maior aporte de ferro.

3. CARACTERÍSTICAS DA DIETA

- Sem alteração de consistência;
- Inclusão de alimentos ricos em ferro, como carnes vermelha, fígado, vegetais verde escuros e etc;
- Alguns dos fatores que prejudicam a absorção de ferro são:
 - Taninos, encontrado nos chás;
 - Polifenóis, café e chocolate;
 - Fosforoproteína e conalbumina, gema de ovo.
- Alimentos que auxiliam na absorção de ferro:
 - Ácido ascórbico, frutas cítricas;
 - Proteínas tissulares, carne vermelha, frango e peixe.

4. FRACIONAMENTO DA DIETA

Cinco (5) refeições por dia (desjejum, almoço, lanche da tarde, jantar e lanche da noite).

5. EXEMPLO DE CARDÁPIO DIÁRIO

DESJEJUM	Café com leite, 200ml Suco, 200ml Fruta, 1 porção Pães, 3 unidades de 30g Margarina, 10g Geleia, 10g Queijo, 10g
ALMOÇO	Salada + temperos, 100g Arroz, 120g Prato principal, 100g Guarnição, 80g Suco cítrico, 200ml Sobremesa, 80g
LANCHE DA TARDE	Chá, 200ml Açúcar, 18g iogurte, 200ml Pães, 2 unidades de 30g Margarina, 10g Geleia, 10g
JANTAR	Sopa, 200ml Arroz, 120g Prato principal, 100g Guarnição, 80g Suco cítrico, 200ml Sobremesa, 80g
LANCHE DA NOITE	iogurte, 200ml Bolacha doce, 100g

Todas as refeições são servidas com copos de água, totalizando, no mínimo, 2 litros/dia.

6. VALOR CALÓRICO APROXIMADO

VCT	HC	P	L	FIBRAS	SÓDIO
2.958 kcal	60%	13%	27%	21,9g	3.500mg

2.16 DIETA POBRE EM POTÁSSIO

1. INTRODUÇÃO

A insuficiência renal aguda (IRA) é uma condição clínica caracterizada pela rápida deterioração de função renal, resultando em desequilíbrio eletrolítico e acúmulo de produtos do catabolismo hidrogenado.

2. CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

A dieta com redução nos níveis de potássio deve ser individualizada, dependendo do nível sérico apresentado.

3. CARACTERÍSTICAS DA DIETA

ALIMENTOS RICOS EM POTÁSSIO		
FRUTAS		VEGETAIS
- Banana nanica	- Maracujá	- Cenoura
- Banana prata	- Coco	- Tomate
- Melão	- Figo	- Pimentão
- Laranja	- Mexerica	- Acelga
- Abacate		- Almeirão
- Uva		- Escarola
ALIMENTOS DIVERSOS		
- Lentilha	- Grão de bico	
- Chocolate	- Nozes	
- Avelã	- Amêndoas	
- Ameixa seca	- Uva passa	
- Feijão	- Alimentos integrais	
- Amendoim	- Água de coco	
- Ervilha	- Alimentos ricos em cálcio	
- Soja		
ALIMENTOS POBRES EM POTÁSSIO		
FRUTAS		VEGETAIS
- Laranja lima	- Pêra	- Alface
- Maçã	- Pêssego	- Agrião
- Abacaxi	- Caqui	- Pepino
- Banana maçã	- Melancia	- Repolho
- Mamão	- Manga	
- Goiaba	- Morango	

4. FRACIONAMENTO DA DIETA

Cinco (5) refeições por dia (desjejum, almoço, lanche da tarde, jantar e lanche da noite).

5. EXEMPLO DE CARDÁPIO DIÁRIO

DESJEJUM	Café com leite, 200ml Suco, 200ml Fruta, 1 porção Pães, 3 unidades de 30g Margarina, 10g Geleia, 10g Queijo, 10g
ALMOÇO	Salada + temperos, 100g Arroz, 120g Prato principal, 100g Guarnição, 80g Suco, 200ml Sobremesa, 80g
LANCHE DA TARDE	Chá, 200ml Açúcar, 18g Iogurte, 200ml Pães, 2 unidades de 30g Margarina, 10g Geleia, 10g
JANTAR	Sopa, 200ml Arroz, 120g Prato principal, 100g Guarnição, 80g Suco, 200ml Sobremesa, 80g
LANCHE DA NOITE	Iogurte, 200ml Bolacha doce, 100g

Todas as refeições são servidas com copos de água, totalizando, no mínimo, 2 litros/dia.

6. VALOR CALÓRICO APROXIMADO

VCT	HC	P	L	FIBRAS	SÓDIO
3.293 kcal	65%	13%	22%	20,5g	3.600mg

2.17 DIETA APROTÉICA

SIGLA – aprot

1. INTRODUÇÃO

Dieta restrita em proteínas de origem animal e vegetal, a fim de diminuir o trabalho hepático, dependendo do grau de evolução da doença.

2. CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

A dieta aprotéica é indicada para pacientes com problemas hepáticos em grau avançado da doença.

3. CARACTERÍSTICAS DA DIETA

- Dieta normocalórica, hiperglicídica, normolipídica e isenta de proteínas;
- Restringir a quantidade de proteína de alto ou baixo valor biológico nas refeições.

4. FRACIONAMENTO DA DIETA

Cinco (5) refeições por dia (desjejum, almoço, lanche da tarde, jantar e lanche da noite).

5. EXEMPLO DE CARDÁPIO DIÁRIO

DESJEJUM

Café, 200ml
Suco, 200ml
Fruta, 1 porção
Pães, 3 unidades de 30g
Margarina, 10g
Geleia, 10g

ALMOÇO

Salada + temperos, 100g
Arroz, 120g
Guarnição (02 porções),
80g cada
Suco, 200ml
Fruta, 1 porção

LANCHE DA TARDE

Chá, 200ml
Açúcar, 18g
Pães, 2 unidades de 30g
Margarina, 10g
Geleia, 10g

JANTAR

Sopa (s/carne), 200ml
Arroz, 120g
Guarnição (02 porções),
80g cada
Suco, 200ml
Fruta, 1 porção

LANCHE DA NOITE

Suco, 200ml
Bolacha doce, 100g

Todas as refeições são servidas com copos de água, totalizando, no mínimo, 2 litros/dia.

6. VALOR CALÓRICO APROXIMADO

VCT	HC	P	L	FIBRAS	SÓDIO
2.559 kcal	68%	7%	25%	28g	4.400mg

2.18 DIETA HIPOALERGÊNICA

SIGLA – hipoalerg

1. INTRODUÇÃO

É uma dieta harmônica, balanceada, onde há a restrição de alimentos com grande potencial alérgico, como corantes, chocolate e conservantes.

2. CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

A dieta hipoalergênica é indicada para pacientes com reações alérgicas, conhecidas ou não, afim de melhorar o quadro clínico, retirando da alimentação alimentos que podem agravar o quadro atual.

3. CARACTERÍSTICAS DA DIETA

- Dieta com restrição de alimentos industrializados ricos em corantes e conservantes;
- Restrito em alimentos que podem agravar o quadro atual, como chocolates.

4. FRACIONAMENTO DA DIETA

Cinco (5) refeições por dia (desjejum, almoço, lanche da tarde, jantar e lanche da noite).

5. EXEMPLO DE CARDÁPIO DIÁRIO

DESJEJUM

Café com leite, 200ml
Açúcar, 24g
Suco natural, 200ml
Fruta, 1 porção
Pães, 2 unidades de 30g
Margarina, 10g
Queijo branco, 30g

ALMOÇO

Salada + temperos, 100g
Arroz, 120g
Prato principal, 100g
Guarnição, 80g
Suco natural, 200ml
Açúcar, 12g
Fruta, 80g

LANCHE DA TARDE

Chá, 200ml
Açúcar, 12g
Pães, 2 un. de 30g
Margarina, 20g

JANTAR

Sopa, 200ml
Arroz, 120g
Prato principal, 100g
Guarnição, 80g
Suco natural, 200ml
Fruta, 80g

LANCHE DA NOITE

Chá, 200ml
Açúcar, 12g
Bolacha salgada, 20g

Todas as refeições são servidas com copos de água, totalizando, no mínimo, 2 litros/dia.

6. VALOR CALÓRICO APROXIMADO

VCT	HC	P	L	FIBRAS	SÓDIO
2.958 kcal	60%	13%	27%	21g	3.500mg

2.19 DIETA ISENTA DE GLÚTEN

SIGLA - S/ Glúten

1. INTRODUÇÃO

É uma dieta restrita em alimentos com trigo, aveia, centeio, cevada e malte.

2. CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

Dieta indicada para paciente com intolerância ao glúten.

3. CARACTERÍSTICAS DA DIETA

- Normocalórica, normoglicídica, normoprotéica e normolipídica;
- Exclusão de alimentos que contenham na sua composição trigo, aveia, centeio, cevada e malte (subproduto da cevada).

4. FRACIONAMENTO DA DIETA

Cinco (5) refeições por dia (desjejum, almoço, lanche da tarde, jantar e lanche da noite).

5. EXEMPLO DE CARDÁPIO DIÁRIO

DESJEJUM

Café com leite, 200ml
Suco, 200ml
Fruta, 1 porção
Pão de queijo, 3 unid.
Margarina, 10g
Geleia, 10g
Queijo, 10g

ALMOÇO

Salada + temperos, 100g
Arroz, 120g
Prato principal, 150g
Guarnição, 80g
Suco, 200ml
Sobremesa, 80g

LANCHE DA TARDE

Café com leite, 200ml
Suco, 200ml
Fruta, 1 porção
Biscoito de polvilho, 30g

JANTAR

Arroz, 120g
Prato principal, 150g
Guarnição, 80g
Suco, 200ml
Sobremesa, 80g

LANCHE DA NOITE

Iogurte, 200ml
Bolacha doce isenta
de glúten, 100g

Todas as refeições são servidas com copos de água, totalizando, no mínimo, 2 litros/dia.

6. VALOR CALÓRICO APROXIMADO

VCT	HC	P	L	FIBRAS	SÓDIO
3.048 kcal	56%	12%	32%	16g	4.200mg

2.20 DIETA HIPERPROTÉICA

SIGLA - Hprot

1. INTRODUÇÃO

Composta por nutrientes necessários ao organismo para sua manutenção, reparação, processos vitais, crescimento e desenvolvimento.

Acrescida de um aporte de proteínas.

2. CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

Dieta indicada para pacientes que necessitam de reposição de proteínas, devido a perda de massa corpórea, hipercatabolismo, queimaduras ou pacientes que estejam com o estado imunológico diminuído.

3. CARACTERÍSTICAS DA DIETA

- Normocalórica, normoglicídica, hiperprotéica e normolipídica;
- Aumento da oferta de alimentos fontes de proteínas, principalmente as PAVB (proteína de alto valor biológico): aquelas de origem animal.

4. FRACIONAMENTO DA DIETA

Cinco (5) refeições por dia (desjejum, almoço, lanche da tarde, jantar e lanche da noite).

5. EXEMPLO DE CARDÁPIO DIÁRIO

DESJEJUM

Café com leite, 200ml
Suco, 200ml
Fruta, 1 porção
Pães, 3 unidades de 30g
Margarina, 10g
Geleia, 10g
Queijo, 10g

ALMOÇO

Salada + temperos, 100g
Arroz, 120g
Prato principal, 150g
Guarnição, 80g
Suco, 200ml
Sobremesa, 80g

LANCHE DA TARDE

Café com leite, 200ml
Suco, 200ml
Fruta, 1 porção
Pães, 3 unidade, 30g
Margarina, 10g
Geleia, 10g
Queijo, 10g

JANTAR

Sopa, 200ml
Arroz, 120g
Prato principal, 150g
Guarnição, 80g
Suco, 200ml
Sobremesa, 80g

LANCHE DA NOITE

iogurte, 200ml
Bolacha doce, 30g

Todas as refeições são servidas com copos de água, totalizando, no mínimo, 2 litros/dia.

6. VALOR CALÓRICO APROXIMADO

VCT	HC	P	L	FIBRAS	SÓDIO
3.483 kcal	57%	15%	28%	17g	4.600mg

F. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Achterberg C, McDonnell E, Bagby R. How to put the food guide pyramid into practice. J Am Diet Assoc (Chicago)
 - American Diabetes Association: nutrition recommendations and principles for people with diabetes mellitus
 - Augusto ALP, Alves DC, Mannarino IC, Gerude M. Terapia Nutricional. São Paulo: Atheneu
 - Caruso, L. , Silva, ALND, Simony, RF. Manual de Dietas Hospitalares. São Paulo: Atheneu
 - Krause MV, Mahan LK, Arlin MT. Alimentos, nutrição e dietoterapia. 8ª Ed. São Paulo: Roca
 - Pemberton, RD; Gastineu, CF - Manual de Dietas da Clínica Mayo, São Paulo: Roca
 - Waitzberg, DAN Linetzky - Nutrição Oral, enteral e parenteral na prática clínica. 3ª Ed. São Paulo: Atheneu
 - NUTROCLÍNICA, Pirâmide Alimentar
 - DIET PRO 5.1, software
-



Telefone	Unidade
3040 1100	Itaim
3093 1100	Morumbi
3386 1100	Anália Franco

www.saoluiz.com.br