



SU ALIMENTACIÓN EN LA CLÍNICA

Nombre:

Habitación:

Fecha:

La alimentación que será ofrecida durante su hospitalización, ha sido planeada de acuerdo a los criterios establecidos por su médico tratante y nutricionista, considerando sus necesidades nutricionales, así como hábitos y preferencias.

En este momento se ha indicado a usted un manejo dietario, considerado para:

- Inicio y/o transición de vía oral en posoperatorio
- Enfermedad cardiovascular
- Tensión arterial alta
- Enfermedad renal
- Persona diabética
- Persona con azúcar alta (aunque no sea diabético)

PRESCRIPCIÓN DIETARÍA

Las siguientes dietas son terapéuticas y han sido elaboradas teniendo en cuenta su estado actual de salud y/o comorbilidades. Son dietas de consistencia normal.

● DIETA BLANDA

Dieta que contiene preparaciones bajas en grasa, bajas en fibra, ligeramente condimentadas y sin alimentos productores de gas.

Alimentos y/o preparaciones permitidas

Cocidas, al horno, al vapor, a la plancha, guisados y frutas astringentes (manzana, guayaba, durazno, pera, fresa) en porción. Para compota y/o jugo se acepta variedad de frutas excepto ácidos, leche deslactosada semidescremada y queso mozzarella.

Alimentos y/o preparaciones restringidas

Verduras crudas, frutas ricas en fibra, productos integrales, preparaciones fritas, crocantes, con salsas a base de grasa, picantes, ácidos, condimentos, leche entera, queso campesino, cuajada, crema de leche, mantequilla, mayonesa y salsas que las contengan.

● DIETA HIPOGLÚCIDA

Dieta con restricción de carbohidratos simples, con modificación en el tipo de grasa e incremento en el aporte de fibra soluble.

Alimentos y/o preparaciones permitidas

Cocidas, al horno, al vapor, a la plancha, guisados. Una vez al día se suministra la sopa del día y en el siguiente tiempo es de verduras en sopa o crema.

Alimentos y/o preparaciones restringidas

Azúcar blanca, morena, miel, panela, fructosa y demás preparaciones que la contengan como postres, dulces, gaseosas. Alimentos fritos y productos apanados. Jugos naturales e industrializados (los jugos así no tengan azúcar tienen la capacidad de subir el nivel de azúcar en la sangre, por lo cual se ofrece la fruta entera y agua).

● DIETA CARDIOVASCULAR

Dieta con modificación en el contenido de sal, rica en fibra, baja en grasa saturada y colesterol.

Alimentos y/o preparaciones permitidas

Cocidas, al horno, al vapor, a la plancha y guisados. Todos los alimentos van preparados sin

sal excepto el cereal (arroz o pasta) y se aderezan con especias para mejorar el sabor como: cilantro, laurel, orégano, albahaca, pimienta, tomillo, etc. Lleva adición de 1 sobre de sal en almuerzo y cena

Alimentos y/o preparaciones restringidas

Alimentos fritos, productos apanados, encurtidos industrializados, pescado seco, margarinas o mantequilla, embutidos, productos enlatados, sopas industrializadas, caldos de gallina o de carnes, productos de panadería o pastelería que contengan bicarbonato de sodio, salsas industrializadas, crema de leche, carne de res dos veces por semana y lácteos enteros.



● DIETA RICA EN FIBRA

Dieta indicada para prevenir y/o manejar el estreñimiento.

Alimentos y/o preparaciones permitidas

Todo tipo de alimentos incluyendo fuentes de fibra: frutas enteras, verdura cocida y cruda, cereales integrales y abundantes líquidos orales.

Alimentos y/o preparaciones restringidas

Ricos en pectina (fresas, manzana, pera, durazno, guayaba, ahuyama, zanahoria, calabacín), cereales elaborados como galletas de soda, dulces y pan blanco, alimentos astringentes como el té y agua de canela.

OTRAS INDICACIONES

Líquidos abundantes: SI NO

Lácteos: SI NO

Semillas: SI NO

Gluten: SI NO

Vitamina K: SI NO

Purinas: SI NO

Líquidos vía oral: C. C.

OBSERVACIONES:

**REQUIERE INTERVENCIÓN
NUTRICIONAL ADICIONAL**

Si tiene alguna inquietud por favor comuníquese con
la extensión 5717578
Departamento de Nutrición y Dietética