


SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E

MANUAL DIETAS HOS-ALI-MA-01 V4



 <p>ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SALUD Unidad Integrada de Servicios de Salud Sur ESE</p>	SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E	
	DIETAS	HOS-ALI-MA-01 V4

1. OBJETIVO:

Definir y actualizar información respecto a procesos alimentarios manejados dentro de las unidades de la Subred Sur, de manera que se garantice la indicación de una dieta ajustada a la condición fisiopatológica y las necesidades nutricionales de cada paciente.

2. ALCANCE:

DESDE: Los requisitos generales y nutricionales de las dietas entregadas el servicio de alimentación.

HASTA: La entrega de las dietas a los pacientes de las diferentes unidades de servicio de la Subred Sur.

3. JUSTIFICACIÓN:

El propósito de este documento es brindar una herramienta para definir el tipo de alimentación que requieren los usuarios de acuerdo a los estándares establecidos y basados en las recomendaciones nutricionales dispuestas por los profesionales de salud que están monitoreando el proceso de evolución del paciente.

4. A QUIEN VA DIRIGIDO:

Nutricionistas, Médicos, Especialistas y Enfermeras Jefes de las áreas de atención de hospitalización de las Unidades de Atención Integral en Salud de la Subred Sur y las personas naturales o jurídicas que se contraten para el suministro de nutrición hospitalaria a los pacientes de las diferentes unidades de la Subred Sur.

5. DEFINICIONES:

ALIMENTO: Sustancia con un aporte nutricional que permite un adecuado funcionamiento y mantenimiento de las funciones vitales

ADECUACION: Se refiere a una alimentación que se encuentra ajustada a la edad, género, patología, hábitos, gustos y cultura alimentaria de los individuos.

CARBOHIDRATO: Macromolécula que se caracteriza por ser la principal fuente de energía de manera inmediata en el cuerpo.

CALORIAS: Unidad de energía proveniente de los alimentos

COMPLETO: Hace referencia a una dieta que incluye alimentos de todos los grupos (lácteos y derivados, proteína animal, proteína vegetal, cereales, raíces, tubérculos, azúcares y grasas)

DIETA: Patrón de alimentación habitual durante un día, no hace referencia a restricciones alimentarias.


EQUILIBRADA: Alimentación en la que el porcentaje de distribución de macronutrientes guarda una proporción adecuada con respecto al valor calórico total

GRASA: Macromolécula que se caracteriza por su gran aporte energético, siendo la principal reserva de energía del organismo

NUTRIENTE: Unidad funcional que provee energía, proteínas, grasas y micronutrientes para llevar a cabo reacciones bioquímicas en el organismo que permitan su adecuado funcionamiento.

PROTEINA: Macromolécula que permite la formación de tejido, órganos, anticuerpos, enzimas, hormonas, entre otros.

PROTOCOLO DE BY PASS: Procedimiento quirúrgico para reducción de obesidad. Se indica para pacientes con cirugía bariátrica (By pass)

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. <small>BOGOTÁ</small> <small>Luces del Interoeste en el Servicio de Salud Sur ESE</small>	SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E	
	DIETAS	HOS-ALI-MA-01 V4

SUFICIENTE: Alimentación que cubre el requerimiento energético y de nutrientes de un individuo


6. NORMATIVIDAD APLICABLE:

NORMA	AÑO	DESCRIPCIÓN	EMITIDA POR
Ley 09	1979	Por la cual se dictan medidas sanitarias	Congreso de Colombia
Resolución 2674	2013	<p>Por la cual se reglamenta el artículo 126 del Decreto Ley 019 de 2012 y se dictan otras disposiciones</p> <p>Que el artículo 126 del Decreto Ley 019 de 2012, establece que los alimentos que se fabriquen, envasen o importen para su comercialización en el territorio nacional, requerirán de notificación sanitaria, permiso sanitario o registro sanitario, según el riesgo de estos productos en salud pública, de conformidad con la reglamentación que expida el Ministerio de Salud y Protección Social.</p> <p>Que conforme con lo anterior, se hace necesario establecer los requisitos y condiciones bajo las cuales el Instituto Nacional de Vigilancia de Medicamentos y Alimentos -INVIMA, como autoridad sanitaria del orden nacional, deberá expedir los registros, permisos o notificaciones sanitarias.</p>	Ministerio de Protección y Salud Social
Resolución 4445	1996	Por el cual se dictan normas para el cumplimiento del contenido del Título IV de la Ley 09 de 1979, en lo referente a las condiciones sanitarias que deben cumplir las Instituciones Prestadoras de Servicios de salud y se dictan otras disposiciones técnicas y administrativas.	Ministerio de Salud
Resolución 03803	2016	por la cual se establecen las recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes – RIEN para la población colombiana	Ministerio de Salud

7. RESPONSABLE:

Para el correcto funcionamiento del presente manual se cuentan con diferentes responsables, los cuales se describen a continuación.

Gerencia: Garantizar el talento humano, servicios y demás requerimientos necesarios para la continuidad y calidad del servicio de alimentación de la subred integrada de servicios en salud sur.

 ALCALDIA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. <small>BOGOTÁ</small> <small>Unidad Integrada de Servicios de Salud Sur ESE</small>	SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E	
	DIETAS	HOS-ALI-MA-01 V4

Supervisor técnico del contrato de alimentos: Supervisar que se cumplan todos parámetros necesarios para la entrega oportuna de alimentos a cada unidad de servicio y el cumplimiento de las obligaciones que estén estipuladas por manual de contratación, manual de supervisión y contrato de alimentación, además de realizar seguimiento al cumplimiento de todos los requisitos de acuerdo a la resolución 2674 de 2013 aplicada en alimentos.

Programa de prevención de infecciones: Participar en análisis de eventos presentados, capacitación en el cumplimiento de manual de bioseguridad y plan de saneamiento básico

Responsable GAGA: Garantizar que se cumplan y apliquen los protocolos presentados en el plan de saneamiento básico en el manejo integral de residuos sólidos, control de plagas, manejo de agua potable y programa de limpieza y desinfección

Médicos de las unidades: Estarán en la capacidad de determinar basado en el diagnóstico de cada paciente la asignación de dieta contratada que se ajuste a las necesidades nutricionales del paciente.

Nutricionistas: Realizaran ajuste en la prescripción dietaria de pacientes interconsultados de acuerdo con la valoración nutricional.

Enfermeros de las Unidades: Verificar la asignación de dieta generada por El Médico o Especialista de los pacientes que están bajo su manejo y cuidado

Proveedor: Empresa contratada con la responsabilidad de asumir la entrega de dietas en los horarios establecidos, el tipo de dietas estipuladas en el pliego de peticiones, cumplimiento en las condiciones de transporte, distribución y entrega

8. CONTENIDO DEL MANUAL:

8.1. DIETAS MODIFICADAS EN CONSISTENCIA

8.1.1. DIETA NORMAL:

Define como aquella que incluye los alimentos en cualquier preparación, no tiene ningún tipo de restricción y se encuentra adecuada para satisfacer las necesidades calóricas y de nutrientes de los pacientes. A partir de esta se derivan todas las demás dietas.

La dieta Normal debe cumplir las siguientes características:

- Se ofrecen alimentos y preparaciones variadas.
- Debe incluir alimentos de todos los grupos: cereales, tubérculos y plátanos; hortalizas, verduras y leguminosas verdes; frutas, carnes, huevos, leguminosas secas y mezclas vegetales, lácteos, grasas, azúcares y dulces.
- Se caracteriza por ser una dieta equilibrada, suficiente, adecuada y variada.
- En algunos casos se tiene en cuenta las preferencias de los pacientes por los diversos alimentos adaptándose a los hábitos y gustos alimentarios.

INDICACIONES: Se prescribe para pacientes que no requieren restricción de ningún tipo de alimentos ni preparaciones.

DISTRIBUCIÓN DE MACRONUTRIENTES

	Calorías	Gramos	% VCT
Proteína	291	73	16
Carbohidratos	983	246	54
Grasas	546	61	30
Total	1820		100



MINUTA PATRÓN DE LA DIETA NORMAL

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	TAMAÑO DE LA PORCIÓN	CANTIDAD DE LA PORCIÓN
DESAYUNO	Bebida con leche (infusión, coladas)	1 pocillo	200 cc
	Alimento proteico (huevo, queso, jamón, salchicha)	1 unidad o tajada	60 gr
	Cereal o derivado de cereal (cereal elaborado)	3 unidades	50 gr
	Jugo de fruta o Porción de fruta	1 vaso 1 porción	100 gr 180 cc
ALMUERZO Y COMIDA	Sopa (caseras o crema)	1 taza	240 cc
	Alimento proteico (carne, pollo, pescado)	1 porción mediana	100 gr
	Energético 1 (raíces, tubérculos o plátanos)	1 porción mediana	83 gr
	Energético 2 (cereal - arroz)	1 porción mediana	100 gr
	Verduras (crudas o cocidas)	1 porción mediana	80 g
	Jugo de frutas (fruta variada)	1 vaso	180 cc
	Postre casero SOLO ALMUERZO	1 porción pequeña	40 g

8.1.2. DIETA BLANDA:

Esta es una derivación de la dieta normal, pero con predominio de alimentos en consistencia blanda, normalmente puede usarse como periodo de transición a una dieta normal. En caso de que la dieta blanda requiere modificación de algunos nutrientes (grasas, carbohidratos, proteína, sal, alimentos productores de gas) deberá especificarse en el momento de la solicitud de las dietas, por ejemplo; dieta blanda hipograsa, hiposódica, hipoglucida o blanda astringente.

CARACTERÍSTICAS

- Está constituida por verduras cocidos
- La proteína de origen animal debe ofrecerse picada en cuadros, al igual que las frutas y las verduras
- Las preparaciones fritas se encuentran restringidas

INDICACIONES

- Pacientes con dificultades en el proceso de masticación, deglución
- Pacientes que requieren facilitar el proceso digestivo
- Como avance a una dieta normal

APORTE Y DISTRIBUCIÓN DE MACRONUTRIENTES

Componente	Calorías	Gramos	% VCT
Proteína	291	73	16
Carbohidratos	983	246	54
Grasas	546	61	30
Total	1820		100



MINUTA PATRÓN DE LA DIETA BLANDA

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	TAMAÑO DE LA PORCIÓN	CANTIDAD DE LA PORCIÓN
DESAYUNO	Bebida con leche (infusión, coladas)	1 pocillo	200 cc
	Alimento proteico (huevo, queso, jamón, salchicha)	1 porción mediana	50 gr
	Cereal o derivado de cereal (cereal elaborado)	2 unidades (30 g c/u)	60 g
	Jugo de fruta o Porción de fruta	1 vaso 1 porción mediana	180 cc 100 gr
ALMUERZO Y COMIDA	Sopa (caseras o crema)	1 taza	240 cc
	Alimento proteico (carne, pollo, pescado)	1 porción mediana	100 gr
	Energético 1 (raíces, tubérculos o plátanos)	1 porción mediana	83 gr
	Energético 2 (cereal - arroz)	1 porción mediana	100 gr
	Verduras (crudas o cocidas)	1 porción mediana	80 g
	Jugo de frutas en agua	1 vaso	180 cc
	Postre casero SOLO ALMUERZO	1 porción pequeña	40 g

8.1.3. DIETA SEMIBLANDA

Esta dieta garantiza la misma cantidad de nutrientes que la dieta normal, pero a partir de alimentos finamente picados, molidos, mechados, en torta o en puré con el fin de reducir el esfuerzo de masticación y deglución.

CARACTERÍSTICAS

- Los alimentos como las galletas y las tostadas se encuentran restringidos
- Proteína de origen animal molida o mechada
- Raíces, tubérculos o plátanos en torta, pure o cocidos
- Verduras cocidas
- Frutas picadas en trozos pequeños o compotas

INDICACIONES

- Pacientes de edad avanzada
- Pacientes con alteración en procesos de masticación y deglución
- Pacientes con dentadura deficiente
- Post operatorios como trasplantes, donde este comprometido algún segmento del TGI
- Pacientes con compromiso neurológico
- Progreso de líquida completa a dieta blanda

DISTRIBUCIÓN DE MACRONUTRIENTES

Componente	Calorías	Gramos	% VCT
Proteína	291	73	16
Carbohidratos	983	246	54
Grasas	546	61	30
Total	1820	380	100

MINUTA PATRÓN DE LA DIETA SEMIBLANDA

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	TAMAÑO DE LA PORCIÓN	CANTIDAD DE LA PORCIÓN
DESAYUNO	Bebida con leche (infusión, coladas)	1 pocillo	200 cc
	Alimento proteico (huevo, queso, jamón, salchicha)	1 porción mediana	50 gr
	Cereal o derivado de cereal (cereal elaborado)	2 unidades (30 g c/u)	60 g
	Jugo de fruta o Porción de fruta	1 vaso 1 porción mediana	180 cc 100 gr
ALMUERZO Y COMIDA	Sopa (caseras o crema)	1 taza	240 cc
	Alimento proteico (carne, pollo, pescado)	1 porción mediana	100 gr
	Energético 1 (raíces, tubérculos o plátanos)	1 porción mediana	83 gr
	Energético 2 (cereal - arroz)	1 porción mediana	100 gr
	Verduras (crudas o cocidas)	1 porción mediana	80 g
	Jugo de frutas en agua	1 vaso	180 cc
	Postre casero SOLO ALMUERZO	1 porción pequeña	40 g

8.1.4. DIETA TURMIX O TODO PURÉ :

Es una dieta nutricionalmente completa que ofrece todos los alimentos en textura tipo papilla, puré, compota y líquidos espesos bien sea tipo miel, néctar o pudding, con el fin de facilitar el proceso de masticación y deglución. Según la evolución neurológica el servicio de fonoaudiología, el médico o la nutricionista tratante serán quienes definirán el tipo de líquido




Presentación de textura.

CARACTERÍSTICAS:

- Los líquidos claros se encuentran restringidos
- Las preparaciones no deben llevar grumos o partículas
- La consistencia de los líquidos puede ser tipo néctar, tipo miel o tipo pudin
- En algunas ocasiones para obtener la consistencia que se desea se utilizara espesante

INDICACIONES:

- Pacientes de edad avanzada
- Pacientes con alto riesgo de broncoaspiración
- Pacientes con alteración de procesos de masticación y deglución
- Paciente con alteración neurológica

 <p>ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SALUD Unidad Integrada de Servicios de Salud Sur ESE</p>	SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E	
	DIETAS	HOS-ALI-MA-01 V4

- Paciente con alteración en cavidad oral o a nivel esofágico
- Pacientes con dentadura deficiente

DISTRIBUCIÓN DE MACRONUTRIENTES

Componente	Calorías	Gramos	% VCT
Proteína	356	89	18
Carbohidratos	1020	255	52
Lípidos	590	66	30
Total	1966		100

MINUTA PATRÓN PARA DIETA TURMIX O TODO PURÉ

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	TAMAÑO DE LA PORCIÓN	CANTIDAD DE LA PORCIÓN
DESAYUNO	Bebida con leche (infusión, coladas)	1 pocillo	200 cc
	Alimento proteico y energético (licuado de proteína (50 g), cereal o tubérculo (60 g))	1 taza	240 cc
	Jugo de fruta o Porción de fruta	1 vaso	180 cc 100 gr
ALMUERZO Y COMIDA	Crema licuada	1 taza	240 cc
	Alimento proteico licuado (carne, pollo, pescado)	1 porción mediana	100 gr
	Energético 1 en pure (plátanos, raíces o tubérculos)	1 porción mediana	83 g
	Energético 2 en puré (cereal - arroz)	1 porción mediana	100 g
	Verduras en puré	1 porción mediana	80 g
	Jugo de frutas espeso	1 vaso	180 cc
	Compota de fruta	1 porción mediana	100 g

8.1.5. DIETA LÍQUIDA COMPLETA:

Es una dieta completa y suficiente que aporta todo tipo de alimentos en preparaciones líquidas con mayor viscosidad y densidad de nutrientes que la dieta líquida clara, con el objetivo de nutrir al paciente que se encuentra incapacitado para masticar o deglutir alimentos

CARACTERÍSTICAS

- La consistencia de los alimentos debe ser líquida que permita el paso por pitillo
- Facilita la transición de la dieta líquida clara a una semiblanda, blanda o normal
- Tiene alto contenido de lácteos
- Se ofrecen nueves y onces

INDICACIONES

- Pacientes con cerclaje
- Pacientes con incapacidad de masticar sólidos
- Pacientes con alteración en procesos de masticación y deglución
- Pacientes con intervenciones quirúrgicas que tengan compromiso de: labios, boca, cuellos
- Pacientes con várices esofágicas en etapa terminal o cáncer esofágico



DISTRIBUCIÓN DE MACRONUTRIENTES

Componentes	Calorías	Gramos	% VCT
Proteína	283	73	18
Carbohidratos	816	204	52
Lípidos	471	52	30
Total	1570		

MINUTA PATRÓN PARA DIETA LIQUIDA COMPLETA

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	TAMAÑO DE LA PORCIÓN	CANTIDAD DE LA PORCIÓN
DESAYUNO	Bebida con leche (infusión, coladas)	1 pocillo	200 cc
	Alimento proteico y energético (licuado de proteína (50 g), cereal o tubérculo (60 g))	1 taza	240 cc
	Jugo de frutas en agua	1 vaso	180 cc
ALMUERZO Y COMIDA	Alimento proteico, energético y verdura (licuado de proteína animal 100 g, cereal, raíz, tubérculo o plátano 83 g y verdura 80 g)	1 taza	240 cc
	Jugo de frutas en agua (fruta variada)	1 vaso	180 cc
	Gelatina, flan, natilla o compota	1 vaso	90 g

8.1.6. DIETA LÍQUIDA CLARA:


Es una dieta nutricionalmente inadecuada, pobre en calorías y nutrientes, por lo que idealmente no debe ofrecerse por más de 24 o 48 horas. En esta dieta todos los alimentos se suministran en forma de líquidos claros.

CARACTERÍSTICAS

- Es de muy poco valor nutricional
- No se permite ofrecer lácteos
- Únicamente se ofrecen líquidos claros como consomé, aromática y gelatina
- Según solicitud de nutrición clínica se puede cambiar la gelatina por jugo no ácido y astringente (manzana, pera, durazno)

INDICACIONES

- Probar tolerancia de la vía oral
- Mantener reposo gastrointestinal
- Preparaciones pre quirúrgicas
- Posoperatorios inmediatos
- Preparaciones de exámenes para colonoscopia, rectosigmoidoscopia, ecografías abdominales, endoscopias de vías digestivas, entre otros

 <p>ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SALUD Unidad Integrada de Servicios de Salud Sur ESE</p>	SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E	
	DIETAS	HOS-ALI-MA-01 V4

DISTRIBUCIÓN DE MACRONUTRIENTES

Componentes	Calorías	Gramos	% VCT
Proteína	33	8	7
Carbohidratos	397	99	85
Lípidos	37	4	8
Total	467		

MINUTA PATRÓN PARA DIETA LIQUIDA CLARA

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	TAMAÑO DE LA PORCIÓN	CANTIDAD DE LA PORCIÓN
DESAYUNO	Bebida con agua (aromática)	1 pocillo	180 cc
	Consomé	1 taza	240 cc
	Gelatina	1 vaso	90 g
ALMUERZO Y COMIDA	Bebida con agua (aromática)	1 pocillo	180 cc
	Consomé	1 taza	240 cc
	Gelatina	1 vaso	90 g

8.2. DIETAS MODIFICADAS EN NUTRIENTES

8.2.1. DIETA HIPOGRASA:

Esta es una derivación de la dieta normal, modificada en el contenido de grasas, con el fin de disminuir los niveles séricos de colesterol y las alteraciones tanto en la absorción como en el transporte de las grasas.

CARACTERÍSTICAS

Se restringe todos los alimentos fuentes de grasa: carnes rojas con grasa, vísceras, menudencias, pollo o pescado con piel, atún en aceite, leche entera, queso doble crema, quesos maduros, no fritos, crema de leche, mayonesa, mostaza, salsa de tomate industrial, mantequilla, margarina, productos de pastelería, postres a base de crema de leche, bizcochos, tortas.

INDICACIONES

- Se suministra a pacientes con enfermedades cardiovasculares.
- Alteraciones pancreáticas o del tracto biliar
- Pacientes con hipercolesterolemia
- Pacientes con hipertrigliceridemia
- Alteraciones en la absorción y transporte de grasas.

DISTRIBUCIÓN DE MACRONUTRIENTES DIETA HIPOGRASA

Componentes	Calorías	Gramos	% VCT
Proteína	300	75	17
Carbohidratos	1041	260	59
Lípidos	424	47	24
Total	1765		



MINUTA PATRÓN DE LA DIETA HIPOGRASA

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	TAMAÑO DE LA PORCIÓN	CANTIDAD DE LA PORCIÓN
DESAYUNO	Bebida con leche descremada (infusión, coladas)	1 pocillo	200 cc
	Alimento proteico (huevo, queso) sin sal	1 porción pequeña	50 gr
	Cereal o derivado de cereal (cereal elaborado)	2 unidades (30 g c/u)	60 gr
	Jugo de fruta en agua o porción de fruta	1 vaso	180 cc 100 g
ALMUERZO Y COMIDA	Sopa (caseras o crema)	1 taza	240 cc
	Alimento proteico asado o cocinado (carne magra, pollo o pescado sin piel)	1 porción mediana	100 gr
	Alimento proteico (carne, pollo, pescado) asado o cocinado	Una porción	100 gr
	Energético 1 (raíces, tubérculos y plátanos)	1 porción mediana	83 gr
	Energético 2 (cereal – arroz)	1 porción mediana	100 gr
	Verduras (cruda o cocida)	1 porción mediana	80 gr
	Jugo de frutas en agua	1 vaso	180 cc

8.2.2. DIETA HIPOSÓDICA:

Esta es una derivación de la dieta Normal, en la que se disminuye el aporte de sal a todas las preparaciones y se restringe el consumo de alimentos fuentes de sodio, como: embutidos, aderezos, salsa tipo soya, salsa negra, productos snacks, productos que contengan bicarbonato o glutamato de sodio, con el fin de controlar la tensión arterial

CARACTERÍSTICAS


- La dieta hiposódica aportará entre 1-2 gramos de sal (500 a 900 mg de sodio) durante su elaboración y se restringen los alimentos o productos alimentarios altos en sodio como se enunció anteriormente.
- Todos los tiempos de comida principal (desayuno, almuerzo y cena) irán acompañados de cascotes de limón o vinagretas naturales.
- En caso de que el paciente requiera restricción de líquidos realizar la observación durante la solicitud de la dieta

ALIMENTOS RESTRINGIDOS

Embutidos	Mantequilla
Margarinas	Piel de pollo
Salsas	Productos de paquete
Enlatados	Chocolate
Cremas en sobre instantáneas	Salsa de soya
Caldos deshidratados	

INDICACIONES

- Paciente con hipertensión arterial, enfermedad renal crónica, enfermedad renal aguda.
- Pacientes con insuficiencia cardiaca congestiva.

 <p>ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SALUD Unidad Integrada de Servicios de Salud Sur ESE</p>	SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E	
	DIETAS	HOS-ALI-MA-01 V4

- Pacientes con restricción hídrica.

DISTRIBUCIÓN DE MACRONUTRIENTES

Componentes	Calorías	Gramos	% VCT
Proteína	291	73	16
Carbohidratos	983	246	54
Grasas	546	61	30
Total	1820		100

MINUTA PATRÓN DE LA DIETA HIPOSODICA

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	TAMAÑO DE LA PORCIÓN	CANTIDAD DE LA PORCIÓN
DESAYUNO	Bebida con leche (infusión, coladas)	1 pocillo	200 cc
	Alimento proteico (huevo, queso) sin sal	1 porción pequeña	50 gr
	Cereal o derivado de cereal (pan o arepa paisa, tostadas)	2 unidades (30g c/u)	50 gr
	Jugo de fruta en agua o porción de fruta	1 vaso 1 porción	180 cc 100 g
ALMUERZO Y COMIDA	Sopa (caseras o crema)	1 taza	250 cc
	Alimento proteico asado o cocinado (carne magra, pollo o pescado sin piel)	1 porción mediana	100 gr
	Energético 1 (cereal elaborado, plátanos, papas y tubérculos)	1 porción mediana	83 g
	Energético 2 (cereal – arroz)	1 porción mediana	100 gr
	Verduras (crudas o cocidas)	1 porción mediana	80 g
	Jugo de frutas (fruta variada)	1 vaso	180 cc
	Postre (preparación casera)	1 porción o 1 unidad	50 r

8.2.3. DIETA HIPOGLUCIDA:

La dieta hipoglucida se encuentra modificada en carbohidratos simples, con reducción y distribución adecuada de los carbohidratos complejos. Con la finalidad de poder contribuir al control de la glucemia de los pacientes diabéticos, gestantes con diabetes o que cursen con intolerancia a los carbohidratos. Generalmente se fracciona en 6 tiempos de comida: desayuno, nueve, onces, cena y refrigerio.

CARACTERÍSTICAS

- Se reemplaza el azúcar por un edulcorante artificial que no aporte carbohidratos.
- Se incluye alimentos ricos en fibra que disminuyan el vaciamiento gástrico y por lo tanto la velocidad de absorción de los carbohidratos.
- Se suministra ensalada cruda, excepto en paciente inmunosuprimido que tenga la indicación de no alimentos crudos.

ENDULZANTES PERMITIDOS

- Edulcorantes
- Sabro
- Aldy

Nota Legal: Está prohibido copiar, transmitir, retransmitir, transcribir, almacenar, alterar o reproducir total o parcialmente, por cualquier medio electrónico o mecánico, tanto el contenido, información y texto como los procesos, procedimientos, caracterizaciones, documentos, formatos, manuales, guías, gráficas, imágenes, comunicados, etc., sin el previo y expreso consentimiento por escrito por parte de la Subred Sur ESE; los cuales están protegidos por las normas colombianas e internacionales sobre derecho de autor y propiedad intelectual.

La última versión de cada documento será la única válida para su utilización y estará disponible 2021-01-28
MI-SIG-CDO-FT-06 V1 Página 12 de 24



- Dulcet
- Nutrasweet Sucaril
- Dulsar
- D'light

ALIMENTOS RESTRINGIDOS

Dulces	Frutas Sobremaduras	Arequipe	Chocolate Normal
Miel	Miel	Pan Blanco	Plátano Maduro
Gelatina Normal	Bocadillo	Bizcochos	Almíbares
Gaseosa	Tortas	Hojaldres	Azúcar
Frutas Enlatadas	Roscones	Panela	Jugos Procesados

DISTRIBUCIÓN DE MACRONUTRIENTES

Componentes	Calorías	Gramos	% VCT
Proteína	291	72.8	16
Carbohidratos	910	227	50
Grasas	618	68	34
Total	1819		

FRUTAS RESTRINGIDA

Manzana, mango, papaya, uvas y banano.

MINUTA PATRÓN DE LA DIETA HIPOGLUCIDA

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	TAMAÑO DE LA PORCIÓN	CANTIDAD DE LA PORCIÓN
DESAYUNO	Bebida en leche entera (café, cho expres, choline, té, avena en hojuelas)	1 pocillo	200 cc
	Alimento proteico (huevo, queso, caldo de carne o pollo)	1 unidad o tajada	50 gr
	Farináceo integral o arepa (cereal elaborado integral o una papa pequeña dentro del caldo)	2 unidades (30g c/u)	50 gr
	Porción de fruta entera o picada	1 porción mediana	80 gr
NUEVES	Bebida láctea light (yogur, kumis, avena) *sin azúcar	1 vaso	180 cc
	Porción de fruta	1 porción mediana	100 gr
ALMUERZO Y COMIDA	Plato proteico (carne, pollo, pescado)	1 porción mediana	100 gr
	Energético (arroz, cereal elaborado, plátanos, papas o tubérculos)	1 porción mediana	100 gr
	Verduras crudas	1 porción mediana	80 gr
	Verduras cocidas	1 porción mediana	80 gr
	Fruta entera	1 porción mediana	100 cc
	Agua potable	1 vaso	180 cc
ONCES	Porción de fruta (variada)	Una porción	100 gr
	Queso (campesino)	Una porción	60 gr
REFRIGERIO NOCTURNO	Bebida láctea (Café, choline o chocoexpre, kumis, avena, yogur light)	1 vaso	180 cc



TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	TAMAÑO DE LA PORCIÓN	CANTIDAD DE LA PORCIÓN
	Energético (cereal elaborado integral, sin azúcar)	Una porción	40 gr

8.2.4. DIETA ASTRINGENTE:

Este es una dieta que se caracteriza por un aporte alto de pectina (fibra soluble) para controlar el volumen de las deposiciones y disminuir el peristaltismo intestinal

CARACTERÍSTICAS

- Alto aporte de fibra soluble
- Baja en grasa
- Se excluyen alimentos como las leguminosas la leche entera, descremada o deslactosada, yogurt, kumis, alimentos productores de gas, verduras crudas, preparaciones con salsas, fritos, aderezos, azúcares y postres
- Respecto a las frutas se restringe la papaya, ciruela, mango, pitaya, granadilla y banano

INDICACIONES


Para la diarrea crónica, aguda, patologías gastrointestinales con deposiciones frecuentes y líquidas.

DISTRIBUCIÓN MACRONUTRIENTES

Componentes	Calorías	Gramos	%VCT
Proteína	260	65	15
Carbohidratos	937	234	55
Grasas	520	58	30
Total	1819		

MINUTA PATRÓN DE LA DIETA ASTRINGENTE

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	TAMAÑO DE LA PORCIÓN	CANTIDAD DE LA PORCIÓN
DESAYUNO	Bebida en agua (aromática o té) o avena en agua	1 pocillo	200 cc
	Alimento proteico (huevo cocinado) o caldo de carne o de pollo	1 unidad o tajada 1 taza	50 gr 240 cc
	Cereal o derivado de cereal (pan o arepa paisa)	2 unidades (30 g c/u)	50 gr
	Jugo de fruta astringente o Porción de fruta	1 vaso 1 porción	100 gr 180 cc
ALMUERZO Y COMIDA	Sopa (caseras)	1 taza	250 cc
	Alimento proteico (carne, pollo, pescado) asado o cocinado	Una porción	100 gr
	Energético 1 (cereal elaborado, plátanos, papas y tubérculos)	1 porción mediana	83 g
	Energético 2 (cereal – arroz)	1 porción	100 gr
	Verduras cocidas	Una porción	80 gr
	Jugo de fruta astringente	1 vaso	180 cc

 <p>ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SALUD Luzes y Mentes en el Servicio de Salud Sur ESE</p>	SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E	
	DIETAS	HOS-ALI-MA-01 V4

8.2.5. DIETA HIPERPROTÉICA:

Es una derivación de la dieta normal con un aumento en el aporte proteico representado por aproximadamente el 20% de la distribución del valor calórico total.

INDICACIONES

- Pacientes con hipoalbuminemia
- Pacientes con hipercatabolismos
- Pacientes con pérdida de proteínas por orina
- Pacientes con desnutrición crónica
- Pacientes con síndrome nefrótico

DISTRIBUCIÓN DE MACRONUTRIENTES

Componentes	% VCT	Gramos	Calorías
Proteína	20	117	467
Grasa	30	78	700
Carbohidratos	50	292	1168
Total			2355

MINUTA PATRÓN DE LA DIETA HIPERPROTÉICA

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	TAMAÑO DE LA PORCIÓN	CANTIDAD DE LA PORCIÓN
DESAYUNO	Bebida en leche (infusión o coladas)	1 pocillo	200 cc
	Alimento proteico (huevo, queso, jamón, salchicha, caldo de carne o pollo)	2 unidad o tajadas	100 gr
	Farináceo integral o arepa (cereal elaborado o dos papas pequeñas dentro del caldo)	2 unidades	50 gr
	Jugo de fruta o Porción de fruta	1 porción	180 cc 100 gr
NUEVES	Bebida láctea o sorbete (yogur, kumis, avena)	1 vaso	180 cc
	Farináceo	Una porción	50 gr
ALMUERZO Y COMIDA	Sopa caseras o cremas	1 taza	240 cc
	Plato proteico (carne, pollo, pescado, hígado)	Una porción y media	150 gr
	Energético (farináceo) plátanos, papas y tubérculos)	Una porción o tajada o astilla	80 gr
	Arroz ò cereal	1 porción	100 gr
	Verduras crudas o cocidas, verde y/o amarilla	Una porción	80 gr
	Jugo de frutas (fruta variada)	1 vaso	180 cc
	Postre industrializado o panadería	1 porción	50 gr
ONCES	Bebida láctea o sorbete	1 vaso	180 cc
	Farináceo (cereal elaborado)	Una porción	50 gr
REFRIGERIO NOCTURNO	Bebida en leche (Café, kumis, avena, yogur, chocolisto)	1 vaso	150 cc
	Farináceo (cereal elaborado)	Una porción	40 gr

Nota Legal: Está prohibido copiar, transmitir, retransmitir, transcribir, almacenar, alterar o reproducir total o parcialmente, por cualquier medio electrónico o mecánico, tanto el contenido, información y texto como los procesos, procedimientos, caracterizaciones, documentos, formatos, manuales, guías, gráficas, imágenes, comunicados, etc., sin el previo y expreso consentimiento por escrito por parte de la Subred Sur ESE; los cuales están protegidos por las normas colombianas e internacionales sobre derecho de autor y propiedad intelectual.



8.2.6. DIETA RENAL:

Es una derivación de la dieta Normal, especial para pacientes con enfermedad renal, en la cual hay un aporte normal de calorías y modificación en el aporte proteico, cualquier otra especificación, por ejemplo; alimentos ricos o bajos en potasio, fósforo, restricción de líquidos (800 a 1500 ml), debe diligenciarse en el campo de observación al momento de la solicitud de dietas.

CARACTERÍSTICAS

En caso de que el paciente requiera restricción de algún electrolito realizar la observación en el momento de la solicitud de la dieta.

ALIMENTOS RESTRINGIDOS

Caldos de gallina	Encurtidos	Embutidos
Sal de mesa	Salsas	Productos enlatados
Queso doble crema	Pescado seco	Productos procesados
Jugos procesados	Sopas instantáneas	Mantequilla o margarina

ALIMENTOS RICOS EN POTASIO Y FÓSFORO

Lácteos	Zanahoria	Rábanos
Cereales integrales	Tomate	Maracuyá
Remolacha	Espárragos	Naranja
Apio / Acelga	Lulo	Breva
Caldos de gallina	Guayaba	Coco
Mandarina	Anón	Espinacas

INDICACIONES

Pacientes con alteración en la función renal.

DISTRIBUCIÓN DE MACRONUTRIENTES

Componentes	% VCT	Gramos	Calorías
Proteína	15	66	265
Grasa	30	59	530
CHO	55	243	971
Total			1765

DISTRIBUCIÓN DE MICRONUTRIENTES

Componentes	RANGO EN Mg
Potasio	1000 a 1500
Sodio	1000 a 1300
Fosforo	1000 a 1500

MENÚ PATRÓN DE LA DIETA PARA RENAL (UNIDAD RENAL)

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	TAMAÑO DE LA PORCIÓN	CANTIDAD DE LA PORCIÓN
DESAYUNO	Bebida con leche (infusión, coladas) Maizena, avena, café o té	1 pocillo	200 cc
	Alimento proteico (huevo, queso) sin sal	1 unidad o tajada	60 gr
	Cereal o derivado de cereal (productos de panadería)	2 unidades (30 gr c/u)	60 gr
	Porción de fruta	1 porción mediana	50 gr



TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	TAMAÑO DE LA PORCIÓN	CANTIDAD DE LA PORCIÓN
ALMUERZO Y COMIDA	Alimento proteico (carne, pollo, pescado) asado o cocinado	1 porción pequeña	100 gr
	Energético 1 (raíces, tubérculos remojados desde el día anterior)	1 porción mediana	80 gr
	Energético 2 (arroz o pasta)	1 porción mediana	100 gr
	Verduras (cocidas o crudas)	1 porción mediana	80 gr
	Jugo de frutas (fruta variada) o porción de fruta	1 vaso o 1 porción mediana	100 cc o 100 g


MENÚ PATRÓN DE LA DIETA PARA RENAL PACIENTE HOSPITALIZACIÓN

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	TAMAÑO DE LA PORCIÓN	CANTIDAD DE LA PORCIÓN
DESAYUNO	Bebida con leche (infusión, coladas) Maizena, avena, café o té	1 pocillo	200 cc
	Alimento proteico (huevo, queso) sin sal	1 unidad o tajada	60 gr
	Cereal o derivado de cereal (productos de panadería)	2 unidades (30 gr c/u)	60 gr
	Porción de fruta	1 porción mediana	100 gr
ALMUERZO Y COMIDA	Sopa caseras o cremas (opcional)	1 taza	200 cc
	Alimento proteico (carne, pollo, pescado) asado o cocinado	1 porción pequeña	100 gr
	Energético 1 (raíces, tubérculos remojados desde el día anterior)	1 porción mediana	80 gr
	Energético 2 (arroz o pasta)	1 porción mediana	100 gr
	Verduras (cocidas o crudas)	1 porción mediana	80 gr
	Jugo de frutas o porción de fruta (opcional)	1 vaso o 1 porción mediana	100 cc o 100 g
	Postre Hipoglucida	1 porción o 1 unidad	40 gr

8.2.7. DIETA CIRROSIS:

El objetivo de esta dieta es mantener el estado del hígado, evitando su deterioro y preservando así las funciones importantes de este órgano. Está indicada en Pacientes con cirrosis hepática.

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	TAMAÑO DE LA PORCIÓN	CANTIDAD DE LA PORCIÓN
DESAYUNO	Bebida en leche de soya o descremada (café, té, avena, maicena)	1 pocillo	200 cc
	Farináceo integral o arepa	3 unidades	50 gr
	Porción de fruta	Una porción	100 gr
ALMUERZO/CENA	Sopa (verduras caseras)	1 taza	200 cc
	Plato proteico (pollo, pescado) asado o cocinado	Una porción	100 gr
	Energético (farináceo elaborado, plátanos, papas y tubérculos)	Una porción, tajadas o astilla	80 gr
	Arroz o cereal	Una porción	100 gr
	Verduras cocidas, verde y/o amarilla	Una porción	90 gr cocinado

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. <small>BOGOTÁ</small> <small>Unidad Integrada de Servicios de Salud Sur ESE</small>	SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E	
	DIETAS	HOS-ALI-MA-01 V4

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	TAMAÑO DE LA PORCIÓN	CANTIDAD DE LA PORCIÓN
	Jugo de frutas (fruta variada)	1 vaso	180 cc
	Postre (industrializado o casero)	Una porción	50 gr

8.3. DIETAS PEDIÁTRICAS

En esta prescripción encontramos dietas para el inicio y continuación de la alimentación complementaria, por lo que se va incrementado en cantidad y consistencia. Las dietas se encuentran conformadas por: complementaria I, complementaria II, complementaria III, su principal objetivo es proporcionar energía y nutrientes que aseguren un crecimiento óptimo favoreciendo la salud y nutrición de los niños y niñas. Se debe proporcionar una vez a la semana pescado sin piel y sin espinas.

8.3.1. COMPLEMENTARIA I:

Es la alimentación que se le brinda el lactante para el inicio de la alimentación complementaria a partir de los 6 meses hasta los 7 meses, se caracteriza por ofrecer los alimentos en consistencia de purés, compotas, cremas, machacados o en trozos muy pequeños.

ALIMENTOS PROHIBIDOS:

- Productos Alimentarios Procesados
- Paquetes
- Bebidas Azucaradas
- Embutidos
- Sal
- Azúcar
- Panela
- Miel
- Café
- Chocolate
- Leche Entera En Bolsa
- Queso Alto En Sal

DISTRIBUCIÓN MACRONUTRIENTES

Componentes	% VCT	Gramos	Calorías
Proteína	15	24,6	98,4
Grasa	30	21,9	198
CHO	55	90,2	361
Total			657

MINUTA PATRÓN DE DIETA COMPLEMENTARIA I

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	TAMAÑO DE LA PORCIÓN	CANTIDAD DE LA PORCIÓN
DESAYUNO	Cereal en agua (papilla nestum)	1 taza	90 ml
	Puré o crema de verduras con Alimento proteico (carne, pollo o	1 taza	90 ml

Nota Legal: Está prohibido copiar, transmitir, retransmitir, transcribir, almacenar, alterar o reproducir total o parcialmente, por cualquier medio electrónico o mecánico, tanto el contenido, información y texto como los procesos, procedimientos, caracterizaciones, documentos, formatos, manuales, guías, gráficas, imágenes, comunicados, etc., sin el previo y expreso consentimiento por escrito por parte de la Subred Sur ESE.; los cuales están protegidos por las normas colombianas e internacionales sobre derecho de autor y propiedad intelectual.

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	TAMAÑO DE LA PORCIÓN	CANTIDAD DE LA PORCIÓN
	pescado)		
	Jugo de frutas	1 vaso	60 ml
ALMUERZO Y COMIDA	Alimento proteico (crema de verdura, carne, pollo o pescado)	1 taza	120 cc
	Arroz, pasta o tubérculo machacado o en puré	1/3 taza	50gr
	Jugo de frutas	1 vaso	90 cc
NUEVES Y ONCES	Compota de Fruta	1 vaso	80 cc

8.3.2.COMPLEMENTARIA II:

Es la alimentación que se le brinda en la continuidad de la alimentación complementaria a partir de los 8 meses hasta los 11 meses.

ALIMENTOS PROHIBIDOS:

- Productos Alimentarios Procesados
- Paquetes
- Bebidas Azucaradas
- Embutidos
- Sal
- Azúcar
- Panela
- Miel
- Café
- Chocolate
- Leche Entera En Bolsa
- Queso Alto En Sal

DISTRIBUCIÓN DE MACRONUTRIENTES

Componentes	% VCT	Gramos	Calorías
Proteína	15	30,0	120
Grasa	30	26,7	240
CHO	55	110,0	440
Total			800

MENU PATRÓN DE DIETA COMPLEMENTARIA II

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	TAMAÑO DE LA PORCIÓN	CANTIDAD DE LA PORCIÓN
DESAYUNO	Bebida en leche	1 vaso	3 onz
	Alimento Proteico (Huevo solo y yema o queso campesino)	1 porción	50 gr
	Cereal o papilla (nestum)	1/3 taza	20 gr
	Jugo de frutas dulces	1 vaso	180 cc
ALMUERZO Y COMIDA	Sopa (licuado con verdura) verdes y amarillas	1 taza	150 cc
	Alimento Proteico (Carne molida o pollo desmechado)	1 porción	50 gr
	Verdura Cocinada picada	1 porción	50 gr
	Arroz o papa o plátano	1 porción	50 gr

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	TAMAÑO DE LA PORCIÓN	CANTIDAD DE LA PORCIÓN
	Jugo de frutas dulces	1 vaso	180 cc
NUEVES Y ONCES	Jugo de frutas o compota de fruta dulce	1 vaso o 1 porción	180 cc o 50 gr
	Farináceo (cereal elaborado)	1 porción	30 gr

8.3.3.COMPLEMENTARIA III:

Es una dieta modificada en consistencia y cantidades para niños de 12 meses años y así ayudar a favorecer la salud y nutrición de los niños, niñas para fomentar hábitos apropiados y de este modo contribuir en el buen crecimiento y desarrollo.

ALIMENTOS PROHIBIDOS:

- Productos Alimentarios Procesados
- Paquetes
- Bebidas Azucaradas
- Embutidos
- Sal
- Azúcar
- Panela
- Miel
- Queso alto en sal

DISTRIBUCIÓN DE MACRONUTRIENTES

Componentes	% VCT	Gramos	Calorías
Proteína	16	47	188
Grasa	30	39	353
CHO	54	159	635
Total			1176

MENU PATRÓN DE DIETA COMPLEMENTARIA III

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	TAMAÑO DE LA PORCIÓN	CANTIDAD DE LA PORCIÓN
DESAYUNO	Bebida en leche entera (avena, maicena, café o chocolate)	1 vaso	120 cc
	Alimento Proteico (Huevo entero o queso campesino o caldo de carne o pollo)	1 porción o 1 taza	50 gr o 200 cc
	Farináceo (cereal elaborado) pan o galletas	1 unidad	30 gr
	Fruta entera	1 porción	80 g
ALMUERZO Y COMIDA	Sopa casera o cremas	1 taza	150 cc
	Alimento Proteico (Carne o pollo)	1 porción	50 gr
	Verdura cruda o Cocinada	1 porción	50 gr
	Arroz, pasta o papa , plátano, yuca	1 porción	50 gr
	Jugo de frutas dulces	1 vaso	180 cc
NUEVES Y ONCES	Jugo de frutas o compota de fruta dulce	1 vaso o 1 porción	180 cc o 50 gr
	Farináceo (cereal elaborado)	1 porción	30 gr

8.3.4. NORMAL PEDIÁTRICA:

Es una dieta con todos los alimentos y/o preparaciones para la población de pacientes entre 2 a 5 años. El objetivo de la prescripción de esta diara es ofrecerle al paciente pediátrico una alimentación adecuada para su edad y así ayudar a fomentar hábitos apropiados y de este modo contribuir al buen desarrollo y crecimiento.

DISTRIBUCIÓN DE MACRONUTRIENTES

Componentes	% VCT	Gramos	Calorías
Proteína	15	62	248
Grasa	30	55	495
CHO	55	228	912
Total			1655

MENÚ PATRÓN DE DIETA NORMAL PEDIÁTRICA

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	TAMAÑO DE LA PORCIÓN	CANTIDAD DE LA PORCIÓN
DESAYUNO	Bebida en leche entera	1 vaso	180 cc
	Alimento Proteico (Huevo * 2 unidades) queso o caldo de carne o pollo	1 porción o taza	50 gr 200 cc
	Farináceo (cereal elaborado) pan o galletas	1 unidad	40 gr
	Jugo de fruta o Porción de fruta	1 vaso 1 porción	180 cc 100 gr
ALMUERZO Y COMIDA	Sopa (casera o cremas)	1 taza	150 cc
	Alimento Proteico (Carne o pollo)	1 porción	80 gr
	Verdura Cocinada	1 porción	50 gr
	Arroz o papa o plátano	1 porción	70 gr
	Jugo de frutas dulces	1 vaso	180 cc
NUEVES Y ONCES	Jugo de frutas en leche entera	1 vaso	180 cc
	Farináceo (cereal elaborado) pan o galletas	1 porción	60 r

8.3.5. DIETA HIPOGLUCIDA PEDIÁTRICA

La dieta hipoglucida pediátrica se encuentra modificada en carbohidratos simples, con reducción y distribución adecuada de los carbohidratos complejos. Con la finalidad de poder contribuir al control de la glucemia de los pacientes diabéticos pediátricos. Esta se fracciona en 6 tiempos de comida: desayuno, nueves, onces, cena y refrigerio.

CARACTERÍSTICAS

- Se reemplaza el azúcar por un edulcorante artificial que no aporte carbohidratos.
- Se incluye alimentos ricos en fibra que disminuyan el vaciamiento gástrico y por lo tanto la velocidad de absorción de los carbohidratos.

- Se suministra ensalada cruda, excepto en paciente inmunosuprimido que tenga la indicación de no alimentos crudos.

ENDULZANTES PERMITIDOS

- Edulcorantes
- Sabro
- Aldy
- Dulcet
- Nutrasweet Sucaril
- Dulsar
- D'light

ALIMENTOS RESTRINGIDOS

Dulces	Frutas Sobremaduras	Arequipe	Chocolate Normal
Miel	Miel	Pan Blanco	Plátano Maduro
Gelatina Normal	Bocadillo	Bizcochos	Almíbar
Gaseosa	Tortas	Hojaldres	Azúcar
Frutas Enlatadas	Roscones	Panela	Jugos Procesados

DISTRIBUCIÓN DE MACRONUTRIENTES

Componentes	% VCT	Gramos	Calorías
Proteína	18	63	254
Grasa	32	50	452
CHO	50	177	707
Total			1413

MINUTA PATRÓN DE LA DIETA HIPOGLUCIDA PEDIÁTRICA

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	TAMAÑO DE LA PORCIÓN	CANTIDAD DE LA PORCIÓN
DESAYUNO	Bebida en leche entera (café, chocoexpres, choline, té, avena en hojuelas)	1 pocillo	180 CC
	Alimento proteico (huevo, queso, caldo de carne o pollo)	1 porción mediana	50 gr o 180 cc
	Farináceo integral o arepa (cereal elaborado integral o una papa pequeña dentro del caldo)	2 unidades (30g c/u)	60 gr
	Porción de fruta entera o picada	1 porción mediana	100 gr
NUEVES	Bebida láctea light (yogur, kumis, avena) *sin azúcar	1 vaso	180 cc
	Porción de fruta	1 porción mediana	100gr
ALMUERZO Y COMIDA	Plato proteico (carne, pollo, pescado)	1 porción mediana	80 gr
	Energético (arroz, cereal elaborado, plátanos, papas o tubérculos)	1 porción mediana	70 gr
	Verduras crudas	1 porción mediana	50 gr



TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	TAMAÑO DE LA PORCIÓN	CANTIDAD DE LA PORCIÓN
	Verduras cocidas	1 porción mediana	50 gr
	Fruta entera	1 porción mediana	100 cc
	Agua potable	1 vaso	180 cc
ONCES	Porción de fruta (variada)	Una porción mediana	100 gr
	Queso (campesino)	Una porción mediana	60 gr
REFRIGERIO NOCTURNO	Bebida láctea (Café, chocolate o chochoexpre, kumis, avena, yogur light)	1 vaso	180 cc
	Energético (cereal elaborado integral, sin azúcar)	Una porción	40 gr

8.3.6.PROTOCOLO DE BY PASS:


Se indica para pacientes con cirugía bariátrica (By pass). Se ofrece un Gatorade y una paleta roja en el primer tiempo de comida que reciba el paciente luego de la cirugía, para el siguiente tiempo se entrega dieta con cambio en consistencia que pueda tolerar el paciente.

RECOMENDACIONES POSQUIRURGICAS EXTRAMURALES SUBRED SUR PRIMER Y SEGUNDO DÍA POR CIRUGIA BARIÁTRICA

HORARIO	COMIDA	CANTIDAD
7:00 a. m	Consomé de pollo o carne	30 cc
	Agua	1 botella
9:00 a.m	Te de frutas	30 cc
11:00 a. m.	Aromática sin azúcar	30 cc
1:00 a.m	Consomé de pollo o carne	30cc
3:00 p.m	Gelatina	30 cc
5:00 p.m	Aromática sin azúcar	30 cc
7:00 p.m	Consomé de pollo o carne	30 cc
9:00 p.m	Aromática sin azúcar	60 cc

TERCER DÍA POR DE CIRUGIA BARIÁTRICA

HORARIO	COMIDA	CANTIDAD
7:00 a. m.	Licuada de pollo o carne	100 cc
	Agua	1 botella
9:00 a.m.	Gelatina Dietética	80 cc
11:00 a. m.	Aromática sin azúcar	80 cc
1:00 a.m.	Licuada de pollo o carne con verdura	100cc
3:00 p.m	Jugo de frutas	80 cc

 <p>ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SALUD Unidad Integrada de Servicios de Salud Sur E.S.E</p>	SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E	
	DIETAS	HOS-ALI-MA-01 V4

HORARIO	COMIDA	CANTIDAD
5:00 p.m	Gelatina Dietética	80 cc
7:00 p.m	Licuada de pollo o carne con verdura	100 cc
9:00 p.m	jugo de frutas	80 cc

NADA VIA ORAL: Esta indicación en la solicitud de dietas es una instrucción médica que significa abstenerse de ingerir cualquier alimento o líquidos. Se emplea en pacientes críticos, algunos pre y post quirúrgicos, alto riesgo de broncoaspiración y en la preparación para exámenes especiales. También se puede encontrar en pacientes con alimentación por otras vías alternas (Soporte nutricional enteral y/o parenteral)

ÓRDENES ESPECIALES

Esta prescripción será calculada y programada por las Nutricionistas Clínicas, tanto para pacientes adultos como pediátricos que hayan sido valorados por este servicio y que presentan requerimientos nutricionales especiales, por ejemplo; dietas cetogénicas, dietas para el conteo de carbohidratos, entre otras. El plan nutricional será enviado de manera previa al servicio de alimentación con el fin de que se pueda dar inicio al tratamiento inmediatamente.

SOLICITUD DE DIETAS

El proceso de solicitud de dietas lo puede encontrar más detallado en el procedimiento "HOS-ALI-PR-01 Solicitud Distribución Y Entrega De Dietas", disponible en la intranet de la Subred Sur.

9. CONTROL DE CAMBIOS:

FECHA	VERSIÓN	DESCRIPCIÓN DEL CAMBIO
2017-08-18	1	Creación del documento para la Subred Integrada de Servicios de Salud Sur E.S.E
2020-01-02	2	Se agrega el subtítulo 8.2 y se ajusta el contenido del manual.
2020-08-05	3	Se ajustan los títulos de Objeto, Definiciones, normativa, responsables, Contenido del Manual
2021-01-28	4	Se ajusta la dieta Hiposódica y dieta de unidad renal

ELABORADO POR	REVISADO POR	CONVALIDADO	APROBADO
Nombre: Andrea Cerón Angulo Nombre: Marilyn Obregón Lebolo Nombre: Diana Carolina González Barrientos.	Nombre: Yanith Piragauta Gutierrez	Nombre: Julie S. Bermúdez Bazurto	Nombre: Yanith Piragauta Gutierrez
Cargo: Nutricionista clínica Cargo: Nutricionista clínica Cargo: Ingeniero de alimentos	Cargo: Directora de Servicios Hospitalarios	Cargo: Profesional Administrativo Control Documental	Cargo: Directora de Servicios Hospitalarios
Fecha: 2021-01-26	Fecha: 2021-01-27	Fecha: 2021-01-28	Fecha: 2021-01-28

Notal Legal: Está prohibido copiar, transmitir, retransmitir, transcribir, almacenar, alterar o reproducir total o parcialmente, por cualquier medio electrónico o mecánico, tanto el contenido, información y texto como los procesos, procedimientos, caracterizaciones, documentos, formatos, manuales, guías, gráficas, imágenes, comunicados, etc., sin el previo y expreso consentimiento por escrito por parte de la Subred Sur ESE; los cuales están protegidos por las normas colombianas e internacionales sobre derecho de autor y propiedad intelectual.