


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

MANUAL DIETAS HOS-INT-ALI-MA-01 V5



 <p>ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SALUD Subred Integrada de Servicios de Salud Sur E.S.E.</p>	SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E	
	DIETAS	HOS-INT-ALI-MA-01 V5

1. OBJETIVO:

Definir y actualizar información respecto a procesos alimentarios manejados dentro de las unidades de la Subred Integrada de Servicios de Salud Sur E.S.E., 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 en el servicio de alimentación.

HASTA: La entrega de las dietas a los pacientes de las diferentes unidades de servicio de la Subred Integrada de Servicios de Salud Sur E.S.E.

3. JUSTIFICACION:

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 Enfermeros 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 Integrada de Servicios de Salud Sur E.S.E.

5. DEFINICIONES:

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

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

CALORIAS: unidad de energía proveniente de los alimentos

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


COMPLETO: hace referencia a una dieta que incluye alimentos de todos los grupos (lácteos y derivados, proteína animal, proteína vegetal, cereales, raíces, tubérculos, frutas, verduras, 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

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.

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SALUD Subred Integrada de Servicios de Salud Sur E.S.E.	SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E	
	DIETAS	HOS-INT-ALI-MA-01 V5

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: Se indica para pacientes con cirugía bariátrica (By pass), las cual es un procedimiento para tratamiento y reducción de la obesidad.


RANGO ACEPTABLE DE DISTRIBUCIÓN DE MACRONUTRIENTES (AMDR- Acceptable Macronutrient Distribution Range): Rango de ingesta de una fuente de energía que se asocia con reducción en el riesgo de enfermedad crónica, mientras aporta cantidades adecuadas de nutrientes esenciales. Se expresa como porcentaje de la ingesta total de energía.

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	Por la cual se reglamenta el artículo 126 del Decreto Ley 019 de 2012 y se dictan otras disposiciones 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. 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.	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

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.

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SALUD Subred Integrada de Servicios de Salud Sur E.S.E.	SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E	
	DIETAS	HOS-INT-ALI-MA-01 V5

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 de Salud Sur E.S.E.

Supervisor técnico del contrato del servicio de alimentación: Supervisar que se cumplan todos los 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.

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: Tener la capacidad de determinar según el diagnóstico de cada paciente, la asignación de la dieta contratada que se ajuste a las necesidades nutricionales según patologías del paciente.

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

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


Proveedor: Empresa contratada por Subred Integrada de Salud Sur E.S.E., la cual tiene como responsabilidad asumir la entrega de dietas en los horarios establecidos, cumpliendo con el tipo de dietas estipuladas según patologías, así como el cumplimiento de todas las obligaciones contractuales.

8. CONTENIDO DEL MANUAL:

8.1. ESTIMACIÓN DE REQUERIMIENTOS DE ENERGÍA Y NUTRIENTES PARA POBLACIÓN HOSPITALARIA

Las determinación de requerimientos de energía y nutrientes para la población hospitalaria de la Subred Integrada de Servicios de Salud Sur E.S.E., se estableció teniendo en cuenta las Recomendaciones de Ingesta de Energía y Nutrientes, para la población colombiana – RIEN, en donde el aporte de Energía (calorías) se determinó mediante el promedio ponderado del valor registrado en las recomendaciones para el grupo de edad; los macronutrientes se definieron, teniendo en cuenta el AMDR (Acceptable Macronutrient Distribution Range), por grupo de edad y patología de base. Los requerimientos de macronutrientes se resumen en la siguiente tabla

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.

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SALUD Subred Integrada de Servicios de Salud Sur E.S.E.	SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E	
	DIETAS	HOS-INT-ALI-MA-01 V5

MACRONUTRIENTES	AMDR % DE ENERGÍA TOTAL DIARIA		
	NIÑOS DE 1-3 AÑOS	NIÑOS DE 4-18 AÑOS	ADULTOS
PROTEINA	15-20% VCT	15-20 % VCT	15-20 % VCT
GRASA TOTAL	30-35% VCT	30-35 % VCT	30-35 % VCT
CARBOHIDRATOS	50-55% VCT	50-55 % VCT	50-55 % VCT

Fuente: Adaptado de la Resolución 3803 del 22 de agosto de 2016 (Recomendaciones de Ingesta de Energía y Nutrientes – RIEN para la población colombiana)

8.2. MINUTA PATRÓN Y CARACTERÍSTICAS DE LAS DIETAS HOSPITALARIA

8.2.1. DIETA NORMAL:

Se define como aquella que incluye todos los grupos de 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.

APORTE Y DISTRIBUCIÓN DE MACRONUTRIENTES

COMPONENTE	CALORÍAS	GRAMOS	% VCT
Proteína	374	94	17
Carbohidratos	1100	275	50
Grasas	726	81	33
Total	2200		100

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.

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SALUD Subred Integrada de Servicios de Salud Sur E.S.E.	SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E	
	DIETAS	HOS-INT-ALI-MA-01 V5

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	60 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	90 g
	Jugo de frutas (fruta variada)	1 vaso	180 cc
	Postre casero SOLO ALMUERZO	1 porción pequeña	40 g

8.3. DIETAS MODIFICADAS EN CONSISTENCIA

8.3.1. DIETA BLANDA:

Esta es una derivación de la dieta normal, pero con predominio de alimentos en consistencia blanda, de fácil masticación, 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 ausencia de piezas dentales, dificultades en el proceso de masticación y/o deglución
- Pacientes que requieren facilitar el proceso digestivo
- Como avance a una dieta normal

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.

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SALUD Subred Integrada de Servicios de Salud Sur E.S.E.	SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E	
	DIETAS	HOS-INT-ALI-MA-01 V5

APORTE Y DISTRIBUCIÓN DE MACRONUTRIENTES

COMPONENTE	CALORÍAS	GRAMOS	% VCT
Proteína	374	94	17
Carbohidratos	1100	275	50
Grasas	726	81	33
Total	2200		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	60 gr
	Cereal o derivado de cereal (cereal elaborado)	2 unidades (30 g c/u)	60 gr
	Jugo de fruta o Porción de fruta	1 vaso 1 porción mediana	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	90 g
	Jugo de frutas en agua	1 vaso	180 cc
	Postre casero SOLO ALMUERZO	1 porción pequeña	40 g


8.3.2. DIETA SEMIBLANDA:

Esta es una dieta que aporta alimentos en consistencia blanda y suave para su fácil masticación. Los alimentos deben ser 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
- La proteína de origen animal debe ser molidas o mechadas
- Las raíces, tubérculos o plátanos deben ser ofrecidas en torta, puré o cocidos
- Las verduras deben ser cocidas
- La fruta debe ser picada en trozos pequeños o compotas

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.

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SALUD Subred Integrada de Servicios de Salud Sur E.S.E.	SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E	
	DIETAS	HOS-INT-ALI-MA-01 V5

INDICACIONES

- Pacientes de edad avanzada
- Pacientes con alteración en los procesos de masticación y deglución
- Pacientes con ausencia total o parcial de piezas dentales
- Pacientes en post operatorios como trasplantes, donde este comprometido algún segmento del tracto gastrointestinal (TGI).
- Pacientes con algún compromiso neurológico

APORTE Y DISTRIBUCIÓN DE MACRONUTRIENTES

COMPONENTE	CALORÍAS	GRAMOS	% VCT
Proteína	374	94	17
Carbohidratos	1100	275	50
Grasas	726	81	33
Total	2200		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	60 gr
	Cereal o derivado de cereal (cereal elaborado)	2 unidades (30 g c/u)	60 gr
	Jugo de fruta o Porción de fruta	1 vaso 1 porción mediana	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	90 g
	Jugo de frutas en agua	1 vaso	180 cc
	Postre casero SOLO ALMUERZO	1 porción pequeña	40 g

8.3.3. 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 pudín, 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 textura.

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.

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SALUD Subred Integrada de Servicios de Salud Sur E.S.E.	SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E	
	DIETAS	HOS-INT-ALI-MA-01 V5



Presentación de textura.

CARACTERÍSTICAS:

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

INDICACIONES:

1. Pacientes de edad avanzada
2. Pacientes con alto riesgo de broncoaspiración
3. Pacientes con alteración de procesos de masticación y deglución
4. Paciente con alteración neurológica
5. Paciente con alteración en cavidad oral o a nivel esofágico
5. Pacientes con dentadura deficiente


APORTE Y 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
	Compota de fruta	1 porción mediana	90 g
ALMUERZO Y COMIDA	Crema licuada	1 taza	240 cc
	Alimento proteico licuado (carne, pollo, pescado)	1 porción mediana	100 gr
	Energético 1 en puré (plátanos, raíces o tubérculos)	1 porción mediana	83 g
	Energético 2 en puré (cereal - arroz)	1 porción mediana	100 g

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.

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SALUD Subred Integrada de Servicios de Salud Sur E.S.E.	SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E	
	DIETAS	HOS-INT-ALI-MA-01 V5

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	TAMAÑO DE LA PORCIÓN	CANTIDAD DE LA PORCIÓN
	Verduras en puré	1 porción mediana	80 g
	Jugo de frutas espeso	1 vaso	180 cc
	Compota de fruta	1 porción mediana	90 g

8.4. DIETAS DE TRANSICIÓN

8.4.1. DIETA LIQUIDA COMPLETA

Es una dieta de transición, en la cual se ofrecen alimentos líquidos y/o semilíquidos, normo calóricos y nutricionalmente adecuados, de fácil digestión. Las preparaciones son 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

- a. La consistencia de los alimentos debe ser líquida o semilíquida que permita el paso por pitillo
- b. Facilita la transición de la dieta líquida clara a una dieta semiblanda, blanda o normal
- c. Tiene alto contenido de lácteos para cumplir con su aporte calórico
- d. Se ofrecen nueves y onces (solo bebida láctea y compota)


INDICACIONES

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

APORTE Y DISTRIBUCIÓN DE MACRONUTRIENTES

COMPONENTES	CALORÍAS	GRAMOS	% VCT
Proteína	283	73	18
Carbohidratos	816	204	52
Lípidos	471	52	30
Total	1570		

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.

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SALUD Subred Integrada de Servicios de Salud Sur E.S.E.	SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E	
	DIETAS	HOS-INT-ALI-MA-01 V5

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
NUEVES Y ONCES	Compota	1 porción mediana	90 g
	Bebida láctea	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 o natilla	1 vaso	90

8.4.2. DIETA LIQUIDA CLARA:


Es una dieta nutricionalmente incompleta, pobre en calorías y nutrientes, por lo que idealmente no debe ofrecerse por no más de 48 horas. En esta dieta todos los alimentos se suministran en forma de líquidos claros no viscosos, de fácil digestión que estimulen el tracto gastrointestinal y dejen poco residuo. Esta dieta será solicitada como líquida clara, pero será suministrada y pagada por componentes (consomé, aromática y gelatina). No requiere ciclo de menú.

CARACTERÍSTICAS

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

INDICACIONES

1. Probar tolerancia de la vía oral
2. Mantener reposo gastrointestinal
3. Preparaciones pre quirúrgicas
4. Posoperatorios inmediatos
5. Preparaciones de exámenes para colonoscopia, rectosigmoidoscopia, ecografías abdominales, endoscopias de vías digestivas, entre otros.

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SALUD Subred Integrada de Servicios de Salud Sur E.S.E.	SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E	
	DIETAS	HOS-INT-ALI-MA-01 V5

APORTE Y 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
NUEVES Y ONCES	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

8.5. DIETAS MODIFICADAS EN NUTRIENTES

8.5.1. 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, triglicéridos y las alteraciones tanto en la absorción como en el transporte de las grasas.


CARACTERÍSTICAS

Se restringen 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, fritos, crema de leche, mayonesa, mostaza, salsa de tomate industrial, mantequilla, margarina, productos de pastelería, postres a base de crema de leche, bizcochos, tortas, entre otros.

INDICACIONES

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

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.

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SALUD Subred Integrada de Servicios de Salud Sur E.S.E.	SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E	
	DIETAS	HOS-INT-ALI-MA-01 V5

APORTE Y DISTRIBUCIÓN DE MACRONUTRIENTES DIETA HIPOGRASA

COMPONENTES	CALORÍAS	GRAMOS	% VCT
Proteína	374	94	17
Carbohidratos	1100	275	50
Lípidos	726	81	33
Total	2200		100

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	60 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	100 gr 180 cc
ALMUERZO Y COMIDA	Sopa (caseras o crema)	1 taza	
	Alimento proteico asado o cocinado (carne magra, pollo o pescado sin piel)	1 porción mediana	240 cc
	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	90 g
	Jugo de frutas en agua	1 vaso	180 cc


8.5.2. 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 y productos que contengan bicarbonato o glutamato de sodio, con el fin de controlar la tensión arterial.

CARACTERÍSTICAS

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

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.

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SALUD Subred Integrada de Servicios de Salud Sur E.S.E.	SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E	
	DIETAS	HOS-INT-ALI-MA-01 V5

ALIMENTOS RESTRINGIDOS

Embutidos	Mantequilla
Margarinas	Piel de pollo
Salsas	Productos de paquete
Enlatados	Chocolate

INDICACIONES

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


APOORTE Y DISTRIBUCIÓN DE MACRONUTRIENTES

COMPONENTES	CALORÍAS	GRAMOS	% VCT
Proteína	374	94	17
Carbohidratos	1100	275	50
Grasas	726	81	33
Total	2200		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	60 gr
	Cereal o derivado de cereal (pan o arepa paisa, tostadas)	2 unidades (30g c/u)	60 gr
	Jugo de fruta en agua 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 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 gr
	Energético 2 (cereal – arroz)	1 porción mediana	100 gr
	Verduras (crudas o cocidas)	1 porción mediana	90 g
	Jugo de frutas (fruta variada)	1 vaso	180 cc
	Postre (preparación casera)	1 porción o 1 unidad	40 g

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.

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SALUD Subred Integrada de Servicios de Salud Sur E.S.E.	SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E	
	DIETAS	HOS-INT-ALI-MA-01 V5

8.5.3. DIETA HIPOGLUCIDA:

Esta es una derivación de la dieta Normal, la cual se caracteriza por la modificación de carbohidratos simples y reducción y distribución adecuada de los carbohidratos complejos. La cual tiene como finalidad 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, nueves, onces, cena y refrigerio nocturno.

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 pacientes inmunosuprimidos que tenga la indicación de no alimentos crudos.

ENDULZANTES PERMITIDOS

- Edulcorantes
- Sabro
- Aldy
- Dulcet
- Nutrasweet Sucaril
- Dulsa
- D'light
- Estevia


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

APORTE Y DISTRIBUCIÓN DE MACRONUTRIENTES

COMPONENTES	CALORÍAS	GRAMOS	% VCT
Proteína	374	94	17
Carbohidratos	1100	275	50
Grasas	726	81	33
Total	2200		100

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.

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SALUD Subred Integrada de Servicios de Salud Sur E.S.E.	SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E	
	DIETAS	HOS-INT-ALI-MA-01 V5

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 o sorbete (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
	Jugo de frutas (fruta variada)	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 chochoexpres, kumis, avena, yogur light)	1 vaso	180 cc
	Energético (cereal elaborado integral, sin azúcar)	Una porción	40 gr

8.5.4. DIETA ASTRINGENTE

Esta 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

1. Alto aporte de fibra soluble
2. Baja en grasa
3. 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
4. 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.

APORTE Y DISTRIBUCIÓN MACRONUTRIENTES

COMPONENTES	CALORÍAS	GRAMOS	%VCT
Proteína	374	94	17
Carbohidratos	1100	275	50
Grasas	726	81	33
Total	2200		100

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.



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

DIETAS

HOS-INT-ALI-MA-01 V5

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	60 gr 240 cc
	Cereal o derivado de cereal (pan o arepa paisa)	2 unidades (30 g c/u)	60 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	90 gr
	Jugo de fruta astringente	1 vaso	180 cc

8.5.5. DIETA HIPERPROTEICA:

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


1. Pacientes con hipoalbuminemia
2. Pacientes con hipercatabolismos
3. Pacientes con pérdida de proteínas por orina
4. Pacientes con desnutrición crónica
5. Pacientes con síndrome nefrótico

APORTE Y 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 HIPERPROTEICA

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

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SALUD Subred Integrada de Servicios de Salud Sur E.S.E.	SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E	
	DIETAS	HOS-INT-ALI-MA-01 V5

	Farináceo integral o arepa (cereal elaborado o dos papas pequeñas dentro del caldo)	2 unidades	60 gr
	Jugo de fruta o Porción de fruta	1 porción	180 cc 100 gr
NUEVES Y ONCES	Bebida láctea o sorbete (yogur, kumis, avena)	1 vaso	180 cc
	Farináceo	Una porción	40 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 o cereal	1 porción	100 gr
	Verduras crudas o cocidas, verde y/o amarilla	Una porción	90 gr
	Jugo de frutas (fruta variada)	1 vaso	180 cc
	Postre industrializado o panadería	1 porción	40 gr

8.5.6. 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, alimentos bajos en potasio, fósforo y sodio y restricción de líquidos (800 a 1500 ml) según criterio médico. Todas las modificaciones adicionales a esta dieta deben ser mencionadas en observaciones, a la hora de hacer la solicitud de la dieta.

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 FOSFORO

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

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.

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SALUD Subred Integrada de Servicios de Salud Sur E.S.E.	SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E	
	DIETAS	HOS-INT-ALI-MA-01 V5

INDICACIONES

- Pacientes con alteración en la función renal.

APORTES Y DISTRIBUCIÓN DE MACRONUTRIENTES

COMPONENTES	CALORÍAS	GRAMOS	%VCT
Proteína	374	94	17
Carbohidratos	1100	275	50
Grasas	726	81	33
Total	2200		100

MENU PATRÓN DE LA DIETA 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	40 gr
	Cereal o derivado de cereal (pan o arepa)	2 unidades (30 gr c/u)	60 gr
	Porción de fruta	1 porción mediana	100 gr
ALMUERZO Y COMIDA	Sopa caseras o cremas (no instantáneas)	1 taza	240 cc
	Alimento proteico (carne, pollo, pescado) asado o cocinado	1 porción pequeña	80 gr
	Energético 1 (raíces, tubérculos, plátanos)	1 porción mediana	83 gr
	Energético 2 (arroz o pasta)	1 porción mediana	100 gr
	Verduras (cocidas de las permitidas)	1 porción mediana	90 gr
	Jugo de frutas (fruta variada) o porción de fruta	1 vaso o 1 porción mediana	100 cc o 100 g
	Postre	1 porción o 1 unidad	40 gr

8.5.7. DIETA CIRROSIS:

Es una dieta derivada de la dieta normal, cuyo objetivo es mantener el estado vital del hígado, evitando su deterioro y preservando así las funciones importantes de este órgano.

INDICACIONES

- Pacientes con cirrosis o alguna alteración hepática.

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SALUD Subred Integrada de Servicios de Salud Sur E.S.E.	SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E	
	DIETAS	HOS-INT-ALI-MA-01 V5

APORTE Y DISTRIBUCIÓN DE MACRONUTRIENTES

COMPONENTES	CALORÍAS	GRAMOS	%VCT
Proteína	374	94	17
Carbohidratos	1100	275	50
Grasas	726	81	33
Total	2200		100

MINUTA PATRON DIETA CIRROSIS

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	60 gr 240 cc
	Cereal o derivado de cereal (pan o arepa paisa)	2 unidades (30 g c/u)	60 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	90 gr
	Jugo de fruta astringente	1 vaso	180 cc

8.6. 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 y normal pediátrica, 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.


8.6.1. **COMPLEMENTARIA I**

Es la alimentación que se le brinda al 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

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.

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SALUD Subred Integrada de Servicios de Salud Sur E.S.E.	SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E	
	DIETAS	HOS-INT-ALI-MA-01 V5

- Productos de paquetes
- Bebidas azucaradas
- Embutidos
- Sal
- Azúcar
- Panela
- Miel
- Café
- Chocolate
- Leche entera
- Queso alto en sal

APORTE Y 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 pescado)	1 taza	240 ml
	Jugo de frutas	1 vaso	180 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	180 cc
NUEVES Y ONCES	Compota de Fruta	1 vaso	90 g


8.6.2.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
- Productos de paquete
- Bebidas azucaradas

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.

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SALUD Subred Integrada de Servicios de Salud Sur E.S.E.	SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E	
	DIETAS	HOS-INT-ALI-MA-01 V5

- Embutidos
- Sal
- Azúcar
- Panela
- Miel
- Café
- Chocolate
- Leche entera
- Queso alto en sal

APORTE Y 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 (con leche de fórmula solo con autorización médica)	1 vaso	180 cc
	Alimento Proteico (Huevo solo y yema o queso campesino)	1 porción	60 gr
	Cereal o papilla (nestum)	1/3 taza	90 gr
	Jugo de frutas dulces	1 vaso	180 cc
ALMUERZO Y COMIDA	Sopa (licuado con verdura) verdes y amarillas	1 taza	240 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
	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 90 gr
	Farináceo (cereal elaborado)	1 porción	40 gr


8.6.3. COMPLEMENTARIA III:

Es una dieta modificada en consistencia y cantidades para niños de 1 año hasta 1 año y 11 meses para ayudar a favorecer la salud y nutrición de los niños, niñas y fomentar hábitos de vida saludables para de este modo contribuir en el buen crecimiento y desarrollo.

ALIMENTOS PROHIBIDOS:

- Productos alimentarios procesados

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.

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SALUD Subred Integrada de Servicios de Salud Sur E.S.E.	SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E	
	DIETAS	HOS-INT-ALI-MA-01 V5

- Productos de paquete
- Bebidas azucaradas
- Embutidos
- Sal
- Azúcar
- Panela
- Miel
- Café
- Chocolate
- Leche entera
- Queso alto en sal

APORTE Y DISTRIBUCIÓN MACRONUTRIENTES

COMPONENTES	% VCT	GRAMOS	CALORÍAS
Proteína	16	47	188
Grasa	30	39	353
CHO	54	159	635
Total			1176


MENU PATRON 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	180 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	100 g
ALMUERZO Y COMIDA	Sopa casera o cremas	1 taza	240 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	Bebida láctea, sorbete o porción de lácteo	1 vaso 1 porción	180 cc 40 g
	Farináceo (cereal elaborado), pan o galletas	1 porción	40 gr

8.7. NORMAL PEDIÁTRICA

Es una dieta con todos los grupos de alimentos y/o preparaciones para la población de pacientes de 2 a 14 años y 11 meses. El objetivo de la prescripción de esta dieta es ofrecerle al paciente pediátrico una alimentación adecuada para su edad y así ayudar a fomentar hábitos de vida saludables para de este modo contribuir en el buen crecimiento y desarrollo.

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.

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SALUD Subred Integrada de Servicios de Salud Sur E.S.E.	SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E	
	DIETAS	HOS-INT-ALI-MA-01 V5

APOORTE Y DISTRIBUCIÓN DE MACRONUTRIENTES

COMPONENTES	% VCT	GRAMOS	CALORÍAS
Proteína	15	62	248
Grasa	30	55	495
CHO	55	228	912
Total			1655

MENU 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	60 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	240 cc
	Alimento Proteico (Carne o pollo)	1 porción	80 gr
	Verdura Cocinada	1 porción	50 gr
	Arroz o papa o plátano	1 porción	80 gr
	Jugo de frutas dulces	1 vaso	180 cc
NUEVES Y ONCES	Bebida láctea, sorbete o porción de lácteo	1 vaso 1 porción	180 cc 60 g
	Farináceo (cereal elaborado) pan o galletas	1 porción	40 g


8.7.1. DIETA HIPOGLUCIDA PEDIATRICA

Esta es una derivación de la dieta Normal, la cual se caracteriza por la modificación de carbohidratos simples y reducción y distribución adecuada de los carbohidratos complejos. La cual tiene como finalidad 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, nueves, onces, cena y refrigerio nocturno.

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 pacientes inmunosuprimidos que tenga la indicación de no alimentos crudos.

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.

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SALUD Subred Integrada de Servicios de Salud Sur E.S.E.	SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E	
	DIETAS	HOS-INT-ALI-MA-01 V5

ENDULZANTES PERMITIDOS

- Sabro
- Aldy
- Dulcet
- Nutrasweet Sucaril
- Dulsa
- D'light
- Estevia

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


APORTE Y DISTRIBUCIÓN DE MACRONUTRIENTES

COMPONENTES	% VCT	GRAMOS	CALORÍAS
Proteína	15	66	263
Grasa	30	58	526
CHO	55	241	966
Total			1755

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, chocoline, té, avena en hojuelas)	1 pocillo	180 CC
	Alimento proteico (huevo, queso, caldo de carne o pollo)	1 porción mediana	50 gr o 200 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 o sorbete (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
	Verduras cocidas	1 porción mediana	50 gr

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.

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SALUD Subred Integrada de Servicios de Salud Sur E.S.E.	SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E	
	DIETAS	HOS-INT-ALI-MA-01 V5

TIEMPO DE COMIDA	GRUPO DE ALIMENTOS	TAMAÑO DE LA PORCIÓN	CANTIDAD DE LA PORCIÓN
	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, choline o chocoexpre, kumis, avena, yogur light)	1 vaso	180 cc
	Energético (cereal elaborado integral, sin azúcar)	Una porción	40 r

8.8. PROTOCOLO DE BY PASS:

Se indica para pacientes con cirugía bariátrica (By pass). Se ofrece una bebida hidratante con electrolitos una paleta de agua con sabor a fruta, como primeros alimentos cuando se inicia vía oral, después de esta se continúa con dieta líquida clara.

8.9. 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, algún pre y post quirúrgicos, alto riesgo de bronco aspiración 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).

8.10. ORDENES 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 cetogenicas, 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.

8.11. 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.

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SALUD Subred Integrada de Servicios de Salud Sur E.S.E.	SUBRED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD SUR E.S.E	
	DIETAS	HOS-INT-ALI-MA-01 V5

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.
2021-10-19	5	Se realiza actualización de código (Anterior: HOS-ALI-MA-01). Se ajustan en el Numeral 8. Las cantidades de las dietas.

ELABORADO POR	REVISADO POR	CONVALIDADO	APROBADO
Nombre: Jenny Paola Hernández Moreno	Nombre: Yanith Piragauta	Nombre: Sandra Patricia Alba Calderón	Nombre: Yanith Piragauta
Cargo: Nutricionista Dietista	Cargo: Directora Servicios Hospitalarios	Cargo: Referente Control Documental - Calidad	Cargo: Directora Servicios Hospitalarios
Fecha: 2021-08-23	Fecha: 2021-08-30	Fecha: 2021-10-19	Fecha: 2021-10-19

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.