



MANUAL DE DIETAS HOSPITALARES

TERESINA-PI
SETEMBRO/2011

HOSPITAL GETÚLIO VARGAS

ORIENTADORAS:

Adriana de Azevedo Paiva

Nutricionista, Doutora em Saúde Pública, Profa. da Disciplina

Dietoterapia I da Universidade Federal do Piauí

Zilda Salomão Budaruiche

Nutricionista, Especialista em Nutrição Clínica,

Chefe da Dietoterapia do Hospital Getúlio Vargas

ALUNAS:

Elizabeth Silva Ferreira Alves ¹

Géssica Leal¹

Jôsy Maranhão¹

Nádly Vasconcelos¹

Natália Quaresma Costa¹

¹ Graduandas em Nutrição pela UFPI

HOSPITAL GETÚLIO VARGAS

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	01
APRESENTAÇÃO.....	02
DIETAS DE ROTINAS.....	03
DIETA LIVRE OU GERAL	04
DIETA BRANDA.....	11
DIETA PASTOSA.....	18
DIETA LÍQUIDA-PASTOSA (PASTOSA LIQUIDIFICADA).....	25
DIETA LÍQUIDA COMPLETA.....	32
DIETA LÍQUIDA RESTRITA.....	39
REFERÊNCIAS.....	43

INTRODUÇÃO

Segundo Isosaki *et al.* (2009), as dietas são elaboradas considerando-se o estado nutricional e fisiológico das pessoas, e em situações hospitalares, devem estar adequadas ao estado clínico do paciente, além de proporcionar melhoria na sua qualidade de vida. Portanto a dieta hospitalar garante o aporte de nutrientes ao paciente internado e preservar seu estado nutricional, por ter um papel co-terapêutico em doenças crônicas e agudas (GARCIA, 2006).

As dietas hospitalares podem ser padronizadas segundo as modificações qualitativas e quantitativas da alimentação normal, assim como da consistência, temperatura, volume, valor calórico total, alterações de macronutrientes e restrições de nutrientes, com isso podem ser classificadas a partir das suas principais características, indicações e alimentos ou preparações que serão servidos (DIAS *et al.*, 2009; ISOSAKI *et al.*, 2009)

A padronização das dietas tem como objetivo manter um atendimento nutricional seguro, eficiente e de qualidade ao paciente, portanto as dietas são classificadas em três grupos, dietas de rotina, modificadas, especiais (ISOSAKI *et al.*, 2009; WAITZBERG, 2000). A padronização da dieta, ainda, facilita o trabalho na produção e distribuição de refeições, permite treinamento de pessoal, devendo ser sempre flexível para permitir adequações as condições e necessidades individuais.

De acordo com Martins *et al.* (2001), o manual de dietas Hospitalares tem como objetivo principal a padronização das refeições servidas no Hospital e informar toda a equipe envolvida com os cuidados dos pacientes sobre a nomenclatura, as indicações e as características de cada dieta padronizada, assim como a sua adequação nutricional.

Assim, este manual das dietas hospitalares foi realizado com objetivo de facilitar o trabalho da equipe da dietoterapia e da produção do Hospital Getúlio Vargas, respeitando a disponibilidade, o cardápio da instituição, os hábitos ou preferências, a patologia e as necessidades nutricionais, a evolução dos pacientes e a região dos mesmos.

APRESENTAÇÃO

❖ COMO PRESCREVER AS DIETAS

Ao utilizar este manual para a prescrição da dieta deve-se respeitar a prescrição da dieta de acordo com a nomenclatura padronizada.

❖ COMO SOLICITAR A AVALIAÇÃO DO SERVIÇO DE NUTRIÇÃO

O serviço de Nutrição segue a prescrição médica, registrada no prontuário médico do paciente juntamente com outros dados que são relevantes para a avaliação nutricional, plano alimentar e orientação do paciente, tais como a identificação, o histórico, o diagnóstico provisório ou definitivo, os dados clínicos, antropométricos e laboratoriais. Em seguida, as dietas são encaminhadas para a produção, onde serão preparadas.

❖ HORÁRIO DE ATENDIMENTO DO SERVIÇO DE NUTRIÇÃO CLÍNICA

24h

❖ HORÁRIO DAS REFEIÇÕES SERVIDAS AOS PACIENTES

A distribuição inicia nos seguintes horários:

Desjejum _____ 6:00h.

Lanche _____ 9:00h.

Almoço _____ 12:00h.

Lanche _____ 15:00h.

Jantar _____ 17:00h.

Ceia _____ 20:00h.

HOSPITAL GETÚLIO VARGAS

Dietas de rotinas

DIETAS DE ROTINAS

AS

dietas de rotinas são aquelas que não necessitam de restrições ou modificações em sua composição. Podem sofrer modificações quanto a consistência, possibilitando melhor adaptação em períodos de maior dificuldade na aceitação alimentar ou em fases de transição relativamente curtas, adaptando a dieta às condições do indivíduo, como, por exemplo, nos períodos pós-operatórios (ISOSAKI *et al.*, 2009).



DIETA LIVRE OU GERAL

Objetivo:

- Manter o estado nutricional de pacientes com ausência de alterações metabólicas significativas ao risco nutricional.

Indicação:

- Para pacientes que não necessitam de restrições específicas e que representam funções de mastigação e gastrintestinais preservadas.

Características:

- Dieta suficiente, harmônica, consistência normal, distribuição e quantidades normais de todos os nutrientes, ou seja, normoglicídica, normoprotéica, normolipídica, balanceada e completa.



- ✓ **Alimentos recomendados:** Pães, cereais, arroz, massas, leguminosas e seus produtos integrais, pobres em gorduras; hortaliças e frutas frescas; leite, iogurte, queijo com pouca gordura e sal; carnes, aves, peixes e ovos magros (sem pele e gordura); e gorduras, óleos e açúcares com moderação.
- ✓ **Alimentos evitados:** Pães, cereais, arroz, massas, leguminosas ricos em gorduras e açúcar; hortaliças e frutas, enlatadas com sal e óleo, e conservas com calda de açúcar respectivamente; leite, iogurte, queijo ricos em gordura e sal; carnes, aves, peixes e ovos ricos em gordura e sal, como os frios em geral; e gorduras, óleos e açúcares em excesso.

HOSPITAL GETÚLIO VARGAS

Características da Dieta Livre de 1800 Kcal

- Exemplo de cardápio qualitativo:

Café da manhã Leite; Pão com Margarina	Lanche da manhã Suco de Mamão
Almoço Salada crua (Tomate, pepino, alface e azeite de oliva); Bife assado; Arroz Simples; Feijão com Batata doce	Lanche da tarde Suco de melão
Jantar Salada cozida (Batata, beterraba e cenoura); Frango ao molho; Arroz Simples	Ceia Mingau de farinha láctea

- Distribuição dos macronutrientes:

Carboidratos	60%	1080 Kcal	270 g
Lipídios	25%	450 Kcal	50 g
Proteínas	15%	270 Kcal	67,5g
VCT	100%	1800 Kcal	-----

% Adequação Aceitável (90-110)

%Adequação do VET: 101%

%Adequação do Carboidratos: 100%

% Adequação das Proteínas: 107%

%Adequação dos Lipídios: 99%

HOSPITAL GETÚLIO VARGAS

○ **Exemplo de cardápio quantitativo:**

Refeição	Preparação	Ingredientes	Quantidade (g/mL)	Medidas caseiras
Desjejum	Leite	Leite Açúcar	150 10	01 copo médio 02 colheres de chá cheias
	Pão com margarina	Pão Margarina	50 5	01 unidade 01 colher de chá
Lanche	Suco de Mamão	Mamão	170	02 fatias
Almoço	Salada crua	Alface Pepino Tomate		À vontade
	Bife assado	Azeite de oliva Carne	10 80	02 colheres de sobremesa cheias 02 porções pequenas e ½
	Arroz simples	Arroz Feijão	210 60	07 colheres de sopa cheias 01 e ½ colheres de sopa cheias
	Feijão com Batata doce	Batata doce	30	01 colher de sopa
Lanche	Suco de melão	Melão	200	02 fatias
		Açúcar	15	03 colheres de chá cheias
Jantar	Salada cozida	Batata	30	01 colher de sopa cheia
		Beterraba	30	01 colher de sopa cheia
		Cenoura	30	01 colher de sopa cheia
	Frango ao molho	Frango	80	02 porções pequenas e ½
Arroz Simples	Arroz	210	07 colheres de sopa cheias	
	Óleo	08	01 e ½ colheres de sobremesa cheias	
Ceia	Mingau de Farinha láctea	Leite Farinha láctea Açúcar	150 15 15	01 copo médio 01 colher de sopa cheia 03 colheres de chá cheias

- **Análise por equivalente dos macronutrientes do exemplo do cardápio:**

Grupos	Quant. (g/ml)	Nº de EQUIVALENTES	Cal	HC	PRT.	LIP.	MEDIDAS CASEIRAS
Leite	300	1,5	190,5	13,5	10,5	10,5	01 e ½ copo grande cheio
Carne	160	5,3	339,2	-	37,1	21,2	05 porções pequenas
Arroz	420	7,0	476	105	14	-	14 colheres de sopa cheia
Feijão	60	0,6	40,8	9,0	1,2	-	01 e ½ colheres de sopa cheia
Pão	95	3,8	258,4	57	6,8	-	02 unidades
Óleo	18	3,6	162	-	-	18	03 e ½ colheres de sobremesa
Frutas	370	3,7	148	37	-	-	04 unidades
Vegetal B	120	1,2	43,2	8,4	2,4	-	04 colheres de sopa cheia
Açúcar	40	8,0	160	40	-	-	08 colheres de chá cheias
Total (g/ml)				269,9	72	49,7	-----
Total Kcal			1818,1	1079,6	288	447,3	-----

✚ Características da Dieta Livre de 2000 Kcal

- Exemplo de cardápio qualitativo:

Café da manhã Leite; Pão com Margarina	Lanche da manhã Suco de Mamão
Almoço Salada crua (Tomate, pepino, alface e azeite de oliva); Bife assado; Arroz Simples; Feijão com Batata doce	Lanche da tarde Suco de melão
Jantar Salada cozida (Batata, beterraba e cenoura); Frango ao molho; Arroz Simples	Ceia Mingau de farinha Láctea

- Distribuição dos macronutrientes:

Carboidratos	60%	1080 Kcal	270 g
Lipídios	25%	450 Kcal	50 g
Proteínas	15%	270 Kcal	67,5 g
VCT	100%	1800 Kcal	-----

% Adequação Aceitável (90-110)

%Adequação do VET: 100%

%Adequação dos Carboidratos: 104%

% Adequação das Proteínas: 102%

%Adequação dos Lipídios: 90%

HOSPITAL GETÚLIO VARGAS

○ Exemplo de cardápio quantitativo:

Refeição	Preparação	Ingredientes	Quantidade (g/mL)	Medidas caseiras
Desjejum	Leite	Leite Açúcar	150 10	01 copo médio cheio 02 colheres de chá cheias
	Pão com margarina	Pão Margarina	100 10	02 unidades 02 colheres de chá
Lanche	Suco de Mamão	Mamão	290	03 fatias
Almoço	Salada crua	Alface Pepino Tomate	-	À vontade
	Bife assado	Azeite de oliva	10	02 colheres de sobremesa cheias
	Arroz simples	Carne Arroz	80 210	02 porções pequenas e ½ 07 colheres de sopa Cheias
	Feijão com Batata doce	Feijão Batata doce	60 30	02 colheres de sopa 01 colher de sopa
Lanche	Suco de melão	Melão	200	02 fatias
		Açúcar	15	03 colheres de sopa cheias
Jantar	Salada cozida	Batata	30	01 colher de sopa cheia
		Beterraba	30	01 colher de sopa cheia
		Cenoura	30	01 colher de sopa cheia
	Frango ao molho	Frango Arroz	80 210	02 e ½ porção pequena 07 colheres de sopa cheias
Arroz Simples	Óleo	08	01 colher de sobremesa cheia	
Ceia	Mingau de Farinha láctea	Leite	150	01 copo médio cheia
		Farinha láctea	15	01 colher de sopa cheia
		Açúcar	15	03 colheres de chá cheias

- Análise por equivalente dos macronutrientes do exemplo do cardápio:

Grupos	Quant. (g/ml)	Nº de EQUIVALENTES	Cal	HC	PRT.	LIP.	MEDIDAS CASEIRAS
Leite	300	1,5	190,5	13,5	10,5	10,5	01 copo grande e ½
Carne	160	5,3	339,2	-	37,1	21,2	05 porções pequenas
Arroz	420	7,0	476	105	14	-	14 colheres de sopa cheias
Feijão	60	0,6	40,8	9,0	1,2	-	01 e ½ colher de sopa cheia
Pão	145	5,8	394,4	87	11,6	-	03 unidades
Óleo	18	3,6	162	-	-	18	03 e ½ colheres de sobremesa
Frutas	490	4,9	196	49	-	-	05 unidades
Vegetal B	120	1,2	43,2	8,4	2,4	-	04 colheres de sopa cheias
Açúcar	40	8,0	160	40	-	-	08 colheres de chá cheias
Total (g/ml)				311,9	76,8	49,7	-----
Total Kcal			2002,1	1247,6	307,2	447,3	-----

DIETA BRANDA

Objetivo:

- Fornecer calorias e nutrientes para manter o estado nutricional, além de melhorar a mastigação, deglutição e digestão.



Indicação:

- Para crianças e idosos, com alterações e / ou perturbações orgânicas e funcionais do trato gastrointestinal.



Características:

- Normoglicídica, normoprotéica, normolipídica, balanceada e completa., consistência branda, 5 a 6 refeições diárias, tempo indeterminado, pobres em resíduos celulósicos e tecido conjuntivo, modificados por cocção e/ou subdivisão.



- ✓ **Alimentos recomendados:** Salada cozida; carnes frescas cozidas, assadas, grelhadas; vegetais cozidos no forno, água, vapor e refogados; ovo cozido, pochê ou quente; frutas (sucos, em compotas, assadas, ou bem maduras, sem a casca); torradas, biscoitos, pães enriquecidos (não integrais); pastel de forno, bolo simples, sorvete simples; sopas, óleos vegetais; margarina; gordura somente para cocção, não para frituras.
- ✓ **Alimentos evitados:** Cereais e derivados integrais; frituras em geral; frutas oleaginosas; vegetais do tipo A, exceto em sucos em cremes; frutas de tipo A, exceto em sucos; leguminosas inteiras; doces concentrados; condimentos fortes, picantes; queijos duros e fortes.

HOSPITAL GETÚLIO VARGAS

✚ Características da Dieta Branda de 1800 Kcal

- **Exemplo de cardápio qualitativo:**

Café da manhã Leite; Biscoito doce	Lanche da manhã Vitamina de banana
Almoço Arroz c/ feijão; Frango assado; Purê de abóbora	Lanche da tarde Suco de melancia com laranja
Jantar Arroz simples; Isca de carne ao molho c/ verduras; Beterraba cozida em rodela	Ceia Mingau de amido de milho

- **Distribuição dos macronutrientes:**

Carboidratos	60%	1080 Kcal	270 g
Lipídios	25%	450 Kcal	50 g
Proteínas	15%	270 Kcal	67,5 g
VCT	100%	1800 Kcal	-----

% Adequação Aceitável (90-110)

%Adequação do VET: 95%

%Adequação dos Carboidratos: 98%

% Adequação das Proteínas: 102%

%Adequação dos Lipídios: 105%

○ Exemplo de cardápio quantitativo:

Refeição	Preparação	Ingredientes	Quantidade (g/mL)	Medidas caseiras
Desjejum	Leite	Leite	150	01 copo médio
	Biscoito Doce	Açúcar Biscoito doce	20 40	04 colheres de chá cheias 05 unidades
Lanche	Vitamina de Banana	Leite	150	01 copo médio
		Banana Açúcar	100 20	01 unidade pequena 04 colheres chá cheias
Almoço	Arroz c/ Feijão	Arroz	80	02 colheres e ½ de sopa cheias ½ colher de sopa
		Feijão	20	
	Frango Assado Purê de Abóbora	Frango	118	04 porções pequenas
		Abóbora	150	06 colheres de sopa cheias
		Leite Óleo	50 05	¼ copo grande 01 colher de sobremesa cheia
Lanche	Suco de Melancia com Laranja	Melancia	150	01 fatia pequena
		Laranja	50	01 unidade
		Açúcar	20	04 colheres de chá cheias
Jantar	Arroz Simples Isca de Carne ao molho c/ verduras	Arroz	80	02 colheres e ½ de sopa cheias 03 porções pequenas
		Carne bovina magra	100	
	Beterraba Cozida em rodela	Cenoura	50	02 colheres de sopa cheias
		Vagem	50	02 colheres de sopa cheias
		Molho de soja Beterraba	05 100	01 colher de sobremesa 04 colheres de sopa cheias
Ceia	Mingau de Amido de Milho	Leite	100	½ copo grande
		Amido	10	½ colher de sopa
		Açúcar	20	04 colheres de chá cheias

- Análise por equivalente dos macronutrientes do exemplo do cardápio:

Grupos	Quant. (g/ml)	Nº de EQUIVALENTES	Cal	HC	PRT.	LIP.	MEDIDAS CASEIRAS
Leite desnatado	450	2,25	285,75	20,25	15,75	15,75	02 copos grandes e ½
Carne	218	7,26	464,64	-	50,82	29,04	07 porções pequenas
Arroz	160	2,66	180,9	39,9	5,32	-	05 colheres de sopa cheias
Feijão	20	0,2	13,6	03	0,4	-	½ colher de sopa
Pão	50	1,6	108,8	24	3,2	-	01 unidade
Óleo	10	02	90	-	-	10	02 colheres sobremesa
Frutas	280	2,8	112	28	-	-	03 unidades
Vegetal B	350	3,5	126	24,5	07	-	14 colheres de sopa
Açúcar	80	16	320	80	-	-	16 colheres de chá cheias
Total (g/ml)				219,65	75,49	57,47	-----
Total Kcal			1701,5	878,6	302	517,2	-----

✚ Características da Dieta Branda de 2000 Kcal

- Exemplo de cardápio qualitativo:

Café da manhã Leite; Biscoito doce	Lanche da manhã Vitamina de banana
Almoço Arroz c/ feijão; Frango assado; Purê de abóbora	Lanche da tarde Suco de melancia com laranja
Jantar Arroz; Isca de carne ao molho c/ verduras; Beterraba cozida em rodelas	Ceia Mingau de amido de milho

- Distribuição dos macronutrientes:

Carboidratos	60%	1080 Kcal	270 g
Lipídios	25%	450 Kcal	50 g
Proteínas	15%	270 Kcal	67,5 g
VCT	100%	1800 Kcal	-----

% Adequação Aceitável (90-110)

%Adequação do VET: 97

%Adequação dos Carboidratos: 91

% Adequação das Proteínas: 104

%Adequação dos Lipídios: 107

○ Exemplo de cardápio quantitativo:

Refeição	Preparação	Ingredientes	Quantidade (g/mL)	Medidas caseiras	
Desjejum	Leite com Café	Leite	200	01 copo grande	
	Biscoito Doce	Açúcar	20	04 colheres de sobremesa cheias	
		Biscoito doce	40	05 unidades	
Lanche	Vitamina de Banana	Leite	110	01 copo pequeno cheio	
		Banana	100	01 unidade pequena	
		Açúcar	20	04 colheres de sobremesa	
Almoço	Arroz c/ Feijão	Arroz	100	03 colheres de sopa cheia	
		Feijão	20	½ colher de sopa	
	Frango Assado	Frango	140	04 porções e ½	
		Abóbora	100	04 colheres de sopa cheia	
	Purê de Abóbora	Leite	50	¼ de copo grande	
		Óleo	05	01 colher de sobremesa cheia	
Lanche	Suco de Melancia com Laranja	Melancia	200	02 fatias	
		Laranja	100	01 unidade	
		Açúcar	20	04 colheres de sobremesa	
Jantar	Arroz	Arroz	100	03 colheres de sopa cheias	
		Isca de Carne ao molho c/ verduras	Carne bov.magra	105	03 e ½ porções pequenas
			Cenoura	50	02 colheres de sopa cheias
		Beterraba Cozida	Vagem	50	02 colheres de sopa cheias
	Molho de soja		05	01 colher de sobremesa cheia	
	Beterraba		50	02 colheres de sopa cheias	
	Azeite de oliva		05	01 colher de sobremesa cheia	
		Óleo	05	01 colher de sobremesa cheia	
Ceia	Mingau de Amido de Milho	Leite	150	01 copo médio	
		Amido	15	01 colher de sopa rasa	
		Açúcar	20	04 colheres de sobremesa	

- Análise por equivalente dos macronutrientes do exemplo do cardápio:

Grupos	Quant. (g/ml)	Nº de EQUIVALENTES	Cal	HC	PRT.	LIP.	MEDIDAS CASEIRAS
Leite desnatado	510	2,6	323,9	22,9	17,9	17,9	02 copos e ½ grandes
Carne	245	8,16	522,24	-	57,12	32,64	08 porções pequenas
Arroz	200	3,3	224,4	49,5	6,6	-	06 colheres de sopa cheia
Feijão	20	0,2	13,6	3	0,4	-	½ colher de sopa cheia
Pão	55	2,2	149,6	33	4,4	-	01 unidade
Óleo	15	03	135	-	-	15	03 colheres de sobremesa
Frutas	390	3,9	156	39	-	-	04 unidades
Vegetal B	250	2,5	90	17,5	5	-	10 colheres de sopa
Açúcar	80	16	320	80	-	-	16 colheres de chá cheias
Total (g/ml)				244,9	91,4	65,54	-----
Total Kcal			1935	979,6	365,6	589,89	-----

DIETA PASTOSA

Objetivo:

- Fornecer uma dieta que possa ser mastigada e deglutida com pouco ou nenhum esforço.



Indicação:

- Para os casos em que haja necessidade de facilitar a mastigação, ingestão, deglutição; e de se permitir certo repouso gastrointestinal; e em alguns pós-operatórios.



Características:

- Normoglicídica, normoproteica e normolipídica; consistência pastosa ou abrandada pela cocção e processos mecânicos.



- ✓ **Alimentos recomendados:** todos os alimentos que possam ser transformados em purê. Mingaus de amido de milho, aveia, creme de arroz. Alimentos sem casca ou pele, moídos, liquidificados e amassados.
- ✓ **Alimentos evitados:** Alimentos duros, secos, crocantes, empanadas, fritos, cruas, com semente, casca, pele. Preparações contendo azeitona, passas, nozes (outras frutas oleaginosas), coco e bacon. Iogurte com pedaços de frutas, frutas com polpas, hortaliças folhosas cruas, com sementes; biscoitos amanteigados, pastelarias.

HOSPITAL GETÚLIO VARGAS

✚ Características da Dieta Pastosa de 1800 Kcal

- Exemplo de cardápio qualitativo:

Café da manhã Leite; biscoito doce	Lanche da manhã Banana amassada
Almoço Sopa de Frango com macarrão	Lanche da tarde Vitamina de Maracujá
Jantar Sopa de carne vermelha e arroz	Ceia Leite c/ massa (mucilon ou neston).

- Distribuição dos macronutrientes

Carboidratos	60%	1080 Kcal	270 g
Lipídios	25%	450 Kcal	50 g
Proteínas	15%	270 Kcal	67,5 g
VCT	100%	1800 Kcal	-----

% Adequação Aceitável (90-110)

%Adequação do VET: 94,2%

%Adequação dos Carboidratos: 91,3%

% Adequação das Proteínas: 96,3%

%Adequação dos Lipídios: 100%

HOSPITAL GETÚLIO VARGAS

○ Exemplo de cardápio quantitativo

Refeição	Preparação	Ingredientes	Quantidade (g/mL)	Medidas caseiras
Desjejum	Leite com Biscoito doce	Leite Biscoito Doce Açúcar	150 50 10	01 copo médio 06 unidades 02 colheres de chá
Lanche	Banana Amassada	Banana Prata	100	01 unidade grande
Almoço	Sopa de Frango com macarrão	Batata Inglesa Cenoura Frango Macarrão Óleo	100 50 60 180 10	04 colheres de sopa cheias 02 colheres de chá cheias 02 porções pequenas 06 colheres de sopa cheias 02 colheres de sobremesa cheias
Lanche	Vitamina de Maracujá	Leite Maracujá Açúcar	100 200 20	01 copo pequeno 02 unidades 04 colheres de chá cheias
Jantar	Sopa de Frango e arroz	Abóbora Chuchu Batata Inglesa Carne moída Arroz Óleo	50 50 50 60 180 10	02 colheres de sopa cheias 02 colheres de sopa cheias 02 colheres de sopa cheias 02 porções pequenas 06 colheres de sopa cheias 02 colheres de sobremesa cheias
Ceia	Leite c/ massa (mucilon ou neston).	Leite Neston Açúcar	150 25 20	01 copo médio 02 colheres de sopa 04 colheres de chá

- **Análise por equivalente dos macronutrientes do exemplo do cardápio**

Grupos	Quant. (g/ml)	Nº de EQUIVALENTES	Cal	HC	PRT.	LIP.	MEDIDAS CASEIRAS
Leite	400	02	254	18	14	14	02 copos grandes
Carne	120	04	256	-	28	16	04 porções pequenas
Arroz	360	06	408	90	12	-	12 colheres de sopa cheia
Feijão	-	-	-	-	-	-	-
Pão	75	2,5	170	37,5	05	-	01 e ½ unidade
Óleo	20	04	180	-	-	20	04 colheres de chá cheias
Frutas	300	03	120	30	-	-	03 unidades
Vegetal B	300	03	108	21	06	-	12 colheres de sopa
Açúcar	50	10	200	50	-	-	10 colheres de chá
Total (g/ml)				246,5	65	50	-----
Total Kcal			1696	986	260	450	-----

DIETA LÍQUIDA-PASTOSA OU PASTOSA LIQUIDIFICADA

Objetivo:

- Fornecer ao paciente uma dieta que permite minimizar o trabalho do trato gastrointestinal e a presença de resíduos no cólon.



Indicação :

- Para pacientes com problemas de mastigação, deglutição e digestão, com trato gastrointestinal com moderado alterações; e para o pós-operatório de cirurgias do TGI.



Características:

- Dietas normolipídicas, normoglicídicas, normoproteicas com consistência semilíquida. volume de 200 a 400 mL por refeição. por tempo indeterminado; 5 a 6 refeições.



- ✓ **Alimentos recomendados:** Preparações com alimentos liquidificados e amassados.
- ✓ **Alimentos evitados:** Leguminosas e grãos, alimentos crus e inteiros.

✚ **Características da Dieta Líquida-Pastosa de 1800 Kcal**

HOSPITAL GETÚLIO VARGAS

- Exemplo de cardápio qualitativo:

Café da manhã Leite com biscoito doce	Lanche da manhã Suco de goiaba coada
Almoço Sopa de frango e legumes liquidificada	Lanche da tarde Vitamina de banana
Jantar Sopa de carne vermelha e legumes liquidificados	Ceia Mingau de amido de milho

- Distribuição dos macronutrientes

Carboidratos	60%	1080 Kcal	270 g
Lipídios	25%	450 Kcal	50 g
Proteínas	15%	270 Kcal	67,5 g
VCT	100%	1800 Kcal	-----

% Adequação Aceitável (90-110)

%Adequação do VET: 94,2%

%Adequação dos Carboidratos: 91,3%

% Adequação das Proteínas: 96,3%

%Adequação dos Lipídios: 100%

○ Exemplo de cardápio quantitativo

Refeição	Preparação	Ingredientes	Quantidade (g/mL)	Medidas caseiras
Desjejum	Leite com Biscoito doce	Leite Biscoito Doce Açúcar	150 50 10	01 copo médio 06 unidades 02 colheres de chá
Lanche	Suco de goiaba coada	Goiaba Açúcar	200 20	02 unidades grandes 02 colheres de chá
Almoço	Sopa de Frango e legumes liquidificados	Batata Inglesa Cenoura Frango Macarrão Óleo	100 50 60 180 10	04 colheres de sopa cheias 02 colheres de chá cheias 02 porções pequenas 06 colheres de sopa cheias 02 colheres de sobremesa cheias
Lanche	Vitamina de banana	Leite Banana prata Açúcar	100 100 20	01 copo pequeno 01 unidade 02 colheres de chá cheias
Jantar	Sopa de Frango e legumes liquidificados	Abóbora Chuchu Batata Inglesa Carne moída Macarrão Óleo	50 50 50 60 180 10	02 colheres de sopa cheias 02 colheres de sopa cheias 02 colheres de sopa cheias 02 porções pequenas 06 colheres de sopa cheias 02 colheres de sobremesa cheias
Ceia	Mingau de Amido de Milho	Leite Amido de Milho Açúcar	150 25 20	01 copo médio 02 colheres de sopa 04 colheres de chá

- **Análise por equivalente dos macronutrientes do exemplo do cardápio**

Grupos	Quant. (g/ml)	Nº de EQUIVALENTES	Cal	HC	PRT.	LIP.	MEDIDAS CASEIRAS
Leite	400	02	254	18	14	14	02 copos grandes
Carne	120	04	256	-	28	16	04 porções pequenas
Arroz	360	06	408	90	12	-	12 colheres de sopa cheia
Feijão	-	-	-	-	-	-	-
Pão	75	2,5	170	37,5	05	-	01 e ½ unidade
Óleo	20	04	180	-	-	20	04 colheres de chá cheias
Frutas	300	03	120	30	-	-	03 unidades
Vegetal B	300	03	108	21	06	-	12 colheres de sopa
Açúcar	50	10	200	50	-	-	10 colheres de chá
Total (g/ml)				246,5	65	50	-----
Total Kcal			1696	986	260	450	-----

DIETA LÍQUIDA COMPLETA

Objetivo:

- Hidratar e nutrir os tecidos; repousar o Trato Gastrointestinal e amenizar a sintomatologia.



Indicação:

- Para pacientes que apresentam alterações na mastigação, deglutição, digestão ou disfagias; com anorexia, que estão preparando para exames ou em pós-operatório; em casos de graves infecções; transtornos gastrointestinais.



Características:

- Hipocalórica (VET de 1000 a 1500 Kcal/dia), normoglicídica, normoproteica e normolipídica; consistência líquida com volume de 200 a 300 mL por refeições; de três em três horas.



- ✓ **Alimentos recomendados:** Mingaus a 3% (arroz, milho, mucilon, maisena); caldos e sopas liquidificadas; sucos diluídos e/ou coados; leite, iogurte, creme de leite, queijos cremosos; gelatina, geléia de mocotó, pudim, sorvetes; chá, café, chocolate, mate, bebidas não gasosas, sucos de frutas e de vegetais coados; mingau de cereais, sopa de vegetais peneirados, cremosas e caldos de carnes; óleos vegetais.
- ✓ **Alimentos evitados:** cereais integrais, sementes, farelos, sementes oleaginosas, hortaliças, frutas inteiras com casca, queijos ricos em gorduras, embutidos, condimentos picantes.

HOSPITAL GETÚLIO VARGAS

✚ Características da Dieta Líquida de 1000 Kcal

- Exemplo de cardápio qualitativo:

Café da manhã Leite com biscoito doce	Lanche da manhã Suco de goiaba coado
Almoço Caldo de vegetais e frango	Lanche da tarde Suco de laranja coado
Jantar Caldo de carne vermelha e vegetal	Ceia Mingau de amido de milho

- Distribuição dos macronutrientes

Carboidratos	70%	700 Kcal	175 g
Lipídios	20%	200 Kcal	22 g
Proteínas	10%	100 Kcal	25 g
VCT	100%	1000 Kcal	-----

% Adequação Aceitável (90-110)

%Adequação do VET: 96,2%

%Adequação dos Carboidratos: 94%

% Adequação das Proteínas: 110%

%Adequação de Lipídios: 97,7%

HOSPITAL GETÚLIO VARGAS

○ Exemplo de cardápio quantitativo

Refeição	Preparação	Ingredientes	Quantidade (g/mL)	Medidas caseiras
Desjejum	Leite com biscoito doce	Leite Biscoito doce Açúcar	150 40 20	01 copo médio 05 unidades 02 colheres de chá
Lanche	Suco de goiaba coado	Goiaba Açúcar	200 20	02 unidades 04 colheres de chá
Almoço	Caldo de vegetais e frango	Frango Batata inglesa Abobora Azeite	15 50 50 10	½ porção pequena 04 colheres de sopa cheias 02 colheres de sopa cheias 02 colheres de sobremesa
Lanche	Suco de laranja coado	Laranja Açúcar	200 20	02 unidades 02 colheres de sopa cheias
Jantar	Caldo de carne vermelha e vegetal	Carne vermelha Batata inglesa Cenoura Azeite	15 50 50 5,25	½ porção pequena 04 colheres de sopa cheias 02 colheres de sopa cheias 01 colher de sobremesa
Ceia	Mingau de amido de milho	Leite Amido de milho Açúcar	150 10 20	01 copo médio ½ colher de sopa cheia 04 colheres de chá

- **Análise por equivalente dos macronutrientes do exemplo do cardápio**

Grupos	Quant. (g/ml)	Nº de EQUIVALENTES	Cal	HC	PRT.	LIP.	MEDIDAS CASEIRAS
Leite desnatado	300 ml	1,5	96	13,5	10,5	—	01 e ½ copo grande
Carne	30	01	64	—	07	04	01 porção pequena
Arroz	----	----	----	----	----	----	----
Feijão	----	----	----	----	----	----	----
Pão	50	02	136	30	04	—	01 unidade
Óleo	15	3,5	157,5	—	—	17,5	03 colheres de sobremesa
Frutas	400	04	160	40	—	—	04 unidade
Vegetal B	300	03	108	21	06	—	12 colheres de sopa
Açúcar	60	12	240	60	—	—	12 colheres de chá cheias
Total (g/ml)				164,5	27,5	21,5	-----
Total Kcal			961,5	658	138	193,5	-----

DIETA LIQUIDA RESTRITA

Objetivo:

- Saciar a sede, hidratação dos tecidos, evitar acidose, manter função renal, repousar o TGI, Amenizar a sintomatologia.



Indicação:

- Pré-preparo de determinados exames (colonoscopia, endoscopia) e pré e pós-operatório.



Características:

- Hipocalórica (VET de 500 a 600 Kcal/dia), hiperglicídica, hipoproteica e hipoilpídica; consistência líquida com volume de 200 a 300 mL por refeições; de três em três horas. isenta de fibras



- ✓ **Alimentos recomendados:** Água, infusos adoçados com açúcar e dextrosol e bebidas carbonatadas; caldos de legumes coados; sucos de frutas coados; geléia de mocotó, gelatina, sorvetes a base de frutas coadas (sem leite).
- ✓ **Alimentos evitados:** Cereais integrais com exceção do caldo; leguminosas; condimentos com exceção do sal; sucos de frutas que contêm polpa, hortaliças com exceção caldo, carnes de todos os tipos e os respectivos caldos, leite e derivados.

✚ Características da Dieta Líquida Restrita de 600 Kcal

- Exemplo de cardápio qualitativo:

Café da manhã Água de coco	Lanche da manhã Suco de maracujá coado e diluído + água de coco
Lanche da manhã Chá infusão com açúcar + água de coco	Almoço Chá infusão com açúcar + água de coco
Lanche da tarde Suco de goiaba coado+ água de coco	Jantar Chá infusão com açúcar + água de coco
Ceia Chá infusão com açúcar + água de coco	Ceia Chá infusão com açúcar + água de coco

- Distribuição dos macronutrientes

Carboidratos	95 %	492 Kcal	123 g
Lipídios	3 %	18 Kcal	2 g
Proteínas	8 %	44 Kcal	11 g
VCT		520 Kcal	-----

○ Exemplo de cardápio quantitativo

Refeição	Preparação	Ingredientes	Quantidade (g/mL)	Medidas caseiras
Desjejum	Água de coco	Água de coco	200	01 copo grande
Lanche	Suco de maracujá coado e diluído + água de coco	Maracujá Açúcar Água de coco	100 20 100	02 unidades 04 colheres de chá cheias 01 copo médio
Lanche	Chá infusão com açúcar + água de coco	Água de coco Chá Açúcar	200 100 20	01 copo grande 01 copo médio 04 colheres de chá cheias
Almoço	Água de coco + chá infusão	Água de coco Chá Açúcar	200 100 20	01 copo grande 01 copo médio 04 colheres de chá cheias
Lanche	Água de coco + chá infusão	Água de coco Chá Açúcar	200 100 20	01 copo grande 01 copo médio 04 colheres de chá cheias
Jantar	Água de coco + chá infusão	Água de coco Chá Açúcar	200 100 20	01 copo grande 01 copo médio 04 colheres de chá cheias
Ceia	Água de coco + chá infusão	Água de coco Chá Açúcar	200 100 20	01 copo grande 01 copo médio 04 colheres de chá cheias
Ceia	Água de coco + chá infusão	Água de coco Chá Açúcar	200 100 20	01 copo grande 01 copo médio 04 colheres de chá cheias

REFERÊNCIAS

AUGUSTO, A. L. P. et al. **Terapia Nutricional**. São Paulo: Editora Atheneu, 2005.

DIAS et al. Dietas orais hospitalares. In: WAITZBERG, D. L. **Nutrição oral, enteral e parenteral na prática clínica**. 4ªed. São Paulo: Editora Atheneu. V. 1. Cap.36. p.649-663, 2009.

IBGE- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Tabelas de Composição de alimentos. Rio de Janeiro, 5º edição, 1999.

ISOSAKI, M. CARDOSO, E. OLIVEIRA, A. De. **Manual de dietoterapia e avaliação nutricional: Serviço de Nutrição e dietética do Instituto do Coração- HCFMUSP**, 2ª ed. São Paulo: Editora Atheneu, 2009.

MARTINS, C. *et al.* Manual de dietas hospitalares. Nutro Clinica, 2001.

MELO, M. F. De. **Manual de dietas**. 3ª ed. Belo Horizonte: Cooperativa Editora e de Cultura Médica, 1985.

PINHEIRO, A. B. V. LACERDA, E. M. de A. BENZECRY, E. H. GOMES, M. C. da S. DA COSTA, V. M. **Tabela para Avaliação de Consumo Alimentar em Medidas Caseiras**. São Paulo, 5º edição, 2008.