



**Parc Sanitari  
Pere Virgili**

**Exp. 24/279\_ Sevei d'alimentació**

**Manual de dietes del Parc Sanitari Pere  
Virgili**

1/10/2024

# Sumari

<b>1</b>	<b>Introducció .....</b>	<b>3</b>
1.1	MANUAL DE DIETES.....	3
1.2	RESUM D'INDICACIONS DE DIETES HOSPITALÀRIES .....	6
1.2.1	TEXTURES .....	7
1.2.2	CATACTERÍSTIQUES .....	8
<b>2</b>	<b>Director de dietes.....</b>	<b>9</b>
2.1	Concepte dieta equilibrada i saludable.....	9
2.2	Dieta BÀSICA.....	10
2.3	Dieta CONTROLADA EN HIDRATS DE CARBONI .....	12
2.4	Dieta HIPOCALÒRICA.....	17
2.5	Dieta HIPERPROTEICA.....	18
2.6	Dieta ASTRINGENT .....	20
2.7	Dieta BAIXA EN GREIXOS TOTALS .....	22
2.8	Dieta BAIX CONTINGUT EN RESIDUS ESTRICTA F-1.....	24
2.9	Dieta BAIX CONTINGUT EN RESIDUS MODERADA F-2.....	26
2.10	Dieta BAIX CONTINGUT EN RESIDUS MODERADA F-3.....	28
2.11	Dieta FÀCIL DIGESTIÓ.....	30
2.12	Dieta INSUFICIÈNCIA RENAL .....	32
2.13	Dieta HÍDRICA .....	34
2.14	Dieta LÍQUIDA.....	35
2.15	Dieta SEMILÍQUIDA.....	37
2.16	Dieta ENERGÈTICA PROGRESSIVA.....	39
2.17	Dieta BAIX CONTINGUT BACTERIÀ.....	41
2.18	Dieta VEGETARIANA OVOLACTEA.....	43
2.19	Dieta ABSOLUTA.....	45
2.20	Dieta D'INGRÉS.....	46
2.21	Dieta SEMISÒLIDA PASTOSA .....	48
<b>3</b>	<b>TEXTURES.....</b>	<b>50</b>

3.1	Textura FÀCIL MASTICACIÓ .....	51
3.2	Textura TRITURADA.....	52
3.3	Textura PASTOSA .....	53
3.4	Textura LÍQUIDA REFORÇADA.....	54
<b>4</b>	<b>CARACTERÍSTIQUES .....</b>	<b>55</b>
4.1	Característica HIPOSÒDICA (SENSE SAL).....	56
4.2	Característica RICA EN FIBRA .....	57
4.3	Característica SENSE GLUTEN.....	58
4.4	Característica SENSE LACTOSA.....	59
4.5	Característica NO PORC / NO CARN .....	60
4.6	Característica +COMPLEMENTADA.....	61
<b>5</b>	<b>AL·LÈRGIES ALIMENTÀRIES .....</b>	<b>62</b>

# 1 Introducció

El Parc Sanitari Pere i Virgili garanteix una atenció de qualitat en malalties cròniques degeneratives que cursen discapacitat, en demències, en altres malalties neurològiques i a persones en fase de convalescència o amb malaltia avançada i terminal.

En l'àmbit sociosanitari és un referent a la ciutat de Barcelona.

Disposa de places d'internament de subaguts, convalescència, cures pal·liatives, psicogeriatría i llarga estada i d'altres recursos alternatius a l'internament: unitats funcionals interdisciplinàries sociosanitàries (UFISS), programes d'atenció domiciliària i d'equips de suport (PADES), equips d'avaluació integral ambulatoria (EAIA) i places d'hospital de dia.

Una correcta alimentació és fonamental per la ràpida i òptima recuperació del pacient. El perfil del pacient que ingressa en el centre és d'edat avançada amb unes necessitats energètiques menors que les d'una persona jove. Aquest col·lectiu presenta unes necessitats nutricionals específiques, posant especial atenció a les necessitats proteiques.

## 1.1 MANUAL DE DIETES

El present manual és la recopilació de les dietes terapèutiques del parc, l'objectiu del qual, és la de facilitar la comunicació i circuit entre facultatius, infermeria i cuina.

En la primera part del document es descriu la dieta estàndard del pacient hospitalitzat i a continuació els diferents tipus de dietes terapèutiques d'ús habitual al centre.

Totes les dietes es poden demanar sense sal i adaptades a diferents textures (Normal, Fàcil Masticació, Triturada i Pastosa), les quals desenvoluparem en l'últim apartat.

Les dietes d'aquest document són exclusives per EL PARC i consensuades amb el Servei de Restauració Col·lectiva. No són dietes individualitzades i adaptades a un pacient en concret, per la qual cosa, no es lliurarà al pacient per a què la segueixi a l'alta.

El període d'estància hospitalària pot significar per al pacient una oportunitat per conèixer els principis de l'alimentació equilibrada i saludable, però no és el moment adequat per imposar restriccions dietètiques innecessàries, sobretot si aquestes impedeixen el consum suficient de proteïnes i calories que es necessiten per satisfer les necessitats nutricionals de la convalescència d'una malaltia, accident o intervenció quirúrgica.

Una adequada nutrició és part indispensable de la teràpia hospitalària, i els pacients, apart de ser atesos des del punt de vista mèdic, quirúrgic i psicològic també han de ser atesos nutricionalment.

El manual de dietes i tota l'oferta gastronòmica del PSPV haurà d'ajustar-se a la legislació vigent, concretament a la Instrucció 02/2023 [Criteris sobre disponibilitat d'aliments i begudes envasats en les màquines expenedores, en les cafeteries i els menjadors i sobre l'accés a l'aigua potable, en els centres i serveis sanitaris del sistema sanitari integral d'utilització pública de Catalunya \(SISCAT\) i a l'Informe per a la regulació dels aliments i les begudes envasats disponibles en les màquines expenedores, les cafeteries i els menjadors dels centres i serveis sanitaris de Catalunya i la Instrucció 3/2023](#) que modifica l'accés a l'aigua potable.

### **Menús a la carta per a pacients pal·liatius**

A les plantes de Llevant 4 i Xaloc 4, es pujarà el menú a la carta per a pacients pal·liatius amb dieta Bàsica i Controlada en Hidrats de Carboni.

Els menús es pujaran a les unitats amb els esmorzars i es recolliran amb la mateixa safata del dinar.

### **Menús elecció per a tots els pacients**

A totes les plantes d'hospitalització ( excepció planta 4a Llevant i Xaloc ) els pacients podran escollir entre un menú d'elecció en la fase 3 del contracte.

Actualment només disposen de menú elecció els pacients de la planta 4a de Llevant i Xaloc.

### **Sol·licitud de pícnic**

Els pícnic d'esmorzar i dinar es sol·licitaran via e-mail a [gendietetica@perevirgili.cat](mailto:gendietetica@perevirgili.cat) amb els següents horaris:

	<b>Hora de sol·licitud</b>	<b>Hora de servei</b>
<i>Pícnic Esmorzar</i>	Abans 18:00h del dia anterior	Amb el sopar del dia anterior
<i>Pícnic Dinar</i>	Pautat en pacients de diàlisi Abans de les 7:00h del matí	Amb l'esmorzar del mateix dia

El **pícnic d'esmorzar** per a pacients amb visites programades de 6:00 a 10:00h del matí.

Tipus de dieta	Farinaci	Proteic	Làctic	Hidratació	Fruita	Altres
<b>Bàsica</b>	Panet normal /integral 60-80g	Formatge/ embotit / tonyina	Llet 200ml Brick o logurt/ Actimel o beguda vegetal	Aigua 500ml	Peça de fruita	Got compostable Sobre de cafè descafeïnat Tovallons
<b>Disfàgica</b> <b>Textura poc espesa / néctar</b>	Papilla de cereals o xocolata	Formatges	Llet amb cereals amb textura adaptada	Aigua gelificada	Fruita triturada	Got compostable Cullera Tovallons
<b>Disfàgica</b> <b>Textura extremadament espessa/ púding</b>	Papilla de cereals o xocolata	Formatges	logurt	Aigua gelificada	Fruita triturada	Got compostable Cullera Tovallons
<b>Fàcil masticació</b>	Pa motlle normal/ integral	Formatge/ embotit / tonyina	Llet 200ml Brick o logurt/ Actimel o beguda vegetal	Aigua 500ml	Peça fruita tova	Got compostable Sobre de cafè descafeïnat Tovallons

El **pícnic de dinar/sopar** per a pacients que marxïn a diàlisi o puntualment per a pacients que passin moltes hores fora del centre. Sempre s'afavorirà que el pacient pugui dinar al centre fent la sol·licitud de la dieta per les 12:00h o guardar-la per quan torni de les visites. I en el cas del sopar s'ha de notificar abans de les 14:00h.

Tipus de dieta	Farinaci	Proteic	Làctic	Hidratació	Fruita	Altres
<b>Bàsic</b>	Panet normal /integral 100-120g	Formatge/ embotit / tonyina	-	Aigua 500 ml	Peça de fruita	Got compostable Tovallons
<b>Disfàgica</b> Textura poc espessa / nèctar		Triturat proteïna amb	logurt/natilla	Aigua gelificada	Fruita triturada	Got compostable Cullera Tovallons
<b>Disfàgica</b> Textura extremadament espessa/ púding		Triturat proteïna amb	logurt/natilla	Aigua gelificada	Fruita triturada	Got compostable Cullera Tovallons
<b>Fàcil Masticació</b>	Pa de motlle	Formatge/ embotit/ tonyina		Aigua 500 ml	Peça fruita tova	Got compostable Cullera Tovallons

### **Sol·licitud d'extres**

La sol·licitud d'extres es farà a través de la intranet abans de les 7:00h.

### **Sol·licitud de dieta per aïllament**

Per a pacients que necessitin un aïllament. Es comunicarà al Departament de Dietètica i es serviran els àpats amb material d'un sol ús.

### **Sol·licituds extraordinàries**

Tota sol·licitud fora de l'establert en el Manual, caldrà que sigui autoritzat per supervisió d'infermeria (per exemple, les dobles racions).

## 1.2 RESUM D'INDICACIONS DE DIETES HOSPITALÀRIES

### 1. BÀSICA

Dieta normocalòrica indicada per a pacients amb un estat fisiopatològic que no requereix una dieta terapèutica ni específica ja sigui a nivell qualitatiu com quantitatiu dels aliments.

### 2. CONTROLADA EN HIDRATS DE CARBONI (HC)

Dieta controlada en hidrats de carboni indicada per a pacients diabètics normocalòrica i hipocalòrica.

### 3. HIPOCALÒRICA

Dieta reduïda en kcal indicada per a pacients amb un IMC (Índex de massa corporal) superior a 30 i que han de disminuir de pes.

### 4. HIPERPROTEICA

Dieta augmentada en proteïnes indicada per a pacients en casos de desnutrició proteica, politraumatisme, sèpsies, grans cremats, ferides greus, etc. ja que degut a l'estat catabòlic en què es troben requereixen una aportació proteica elevada.

### 5. ASTRINGENT

Dieta baixa en residus indicada per a pacients amb processos diarreïcs, trastorns de la motilitat intestinal, colitis, malaltia de Chron, etc. I també com a preparació de proves exploratòries

### 6. BAIX CONTINGUT EN GREIXOS TOTALS

Dieta reduïda en greixos indicada per a pacients que requereixen una ingesta baixa d'aliments rics en greixos saturats com dislipèmies, pancreatitis, processos biliars, colecistopaties, etc.

### 7. BAIX CONTINGUT EN RESIDUS ERICTA – FASE 1

Dieta amb restricció de fibra total indicada per a pacients en la fase d'alimentació inicial post ostomies.

### 8. BAIX CONTINGUT EN RESIDUS MODERADA – FASE 2

Dieta de continuïtat de la Baix contingut en residus estricta fase 1.

### 9. BAIX CONTINGUT EN RESIDUS MODERADA – FASE 3

Dieta de continuïtat de la Baix contingut en residus moderada fase 2.

### 10. FÀCIL DIGESTIÓ

Dieta normocalòrica amb cocccions suaus indicada per a pacients amb digestions pesades, flatulències, intervencions del tracte digestiu, cremor d'estómac, etc.

### 11. INSIFICIÈNCIA RENAL

Dieta amb restricció de proteïnes, líquids, fòsfor, sodi i potassi indicada per a pacients amb insuficiència renal per tal de mantenir un equilibri en els nivells d'electròlits, minerals i líquid.

### 12. HÍDRICA

Dieta indicada per a pacients amb sonda nasogàstrica i gastrostomia percutània (PEG).

### 13. LÍQUIDA

Dieta incompleta a base de líquids indicada per a pacients després d'una etapa de desdèjuni en els processos postoperatoris, infecciosos aguts, inflamacions tracte gastrointestinal, etc. i en general en qualsevol pacient que surti d'un estat crític i que sigui possible l'alimentació oral.

#### **14. SEMILÍQUIDA**

Dieta de continuïtat de la Líquida.

#### **15. ENERGÈTICA PROGRESSIVA**

Dieta dels "4 iogurts" d'impàs entre la SNG a via oral indicada per a pacients amb SNG que a la vegada requereixin d'un inici de dieta per via oral amb petites quantitats per provar tolerància.

#### **16. BAIX CONTINGUT BACTERIÀ**

Dieta normocalòrica amb un baix contingut microbià per prevenir les infeccions vehiculitzades pels aliments indicada per a pacients amb un nivell immunològic debilitat a causa d'un trasplantament d'òrgan, tractaments del càncer, etc.

#### **17. VEGETARIANA OVOLÀCTEA**

Dieta on s'exclou la carn, peix, marisc i derivats indicada per a pacients que per motius personals o culturals no mengen aquests aliments.

#### **18. ABSOLUTA**

Dieta indicada per a pacients que no ingereixen cap aliment per via oral.

#### **19. DIETA D'INGRÉS**

Dieta per a nous ingressos que no tenen dieta assignada des de infermeria.

#### **20. SEMISÒLIDA PASTOSA**

Dieta de consistència tova, sense líquids ni plats amb dobles textures, indicada per a pacients amb problemes de disfàgia.

### **1.2.1 TEXTURES**

#### **1. FÀCIL MASTICACIÓ**

De consistència tova, dissenyada per a pacients amb alteracions lleus en la masticació per edentulisme parcial o altres motius o situacions d'anorèxia i/o astènia.

#### **2. TRITURADA**

De consistència triturada amb líquids, dissenyada per a pacients amb problemes importants de dentició.

#### **3. PASTOSA**

De consistència triturada sense líquids en textura púding, dissenyada per a pacients amb problemes importants de dentició i disfàgia a aliments líquids.

#### **4. LÍQUIDA REFORÇADA**

Consistència que pot anar des de sòlids, semi sòlids o líquids, dissenyada per a pacients amb problemes inflamatoris, tumorals, a conseqüència de tractaments aplicats, etc que ocasionen una zona de pas massa estreta i poden dificultar el pas d'aliments sòlids.



## 1.2.2 CATACTERÍSTIQUES

### 1. HIPOSÒDICA (SENSE SAL)

Totes les contingudes en el manual de dietes poden tenir la característica “sense sal” indicada per a pacients amb cardiopaties en general, afeccions renals, HTA, etc.

### 2. RICA EN FIBRA

Característica que fa que la dieta sigui rica en residus indicada per a pacients amb estrenyiment o dificultats per evacuar.

### 3. SENSE GLUTEN

Característica que exempta de gliadina, proteïna que es troba en el blat, sègol, ordi, civada i derivats d'aquests, indicada per a pacients celíacs.

### 4. SENSE LACTOSA

Característica que exclou la els aliments que contenen lactosa indicada per a pacients amb intolerància a la lactosa.

### 5. NO CARN/NO PORC

Característica que exclou de la dieta el porc i la carn indicada per a pacients que per motius personals o culturals no mengen aquest aliment.

### 6. + COMPLEMENTADA

Dieta pastosa (mantenint el triturat proteic) + mitja ració de fàcil masticació que hi hagi aquell dia segons menú.

### 7. ALTRES AL·LÈRGIES/INTOLERÀNCIES ALIMENTÀRIES

Totes les contingudes en el manual de dietes s'adaptaran a les al·lèrgies que tingui el pacient (tot i que no estiguin codificades a Gacela com a tal).

Les dietes descrites anteriorment poden combinar-se entre sí en funció de les necessitats dels pacients. A continuació descriurem el directori de dietes actual del Parc Sanitari Pere Virgili en què s'exposen les combinacions de totes elles i que corresponen a les més freqüents en aquest centre hospitalari.

## 2 Directori de dietes

### 2.1 Concepte dieta equilibrada i saludable



#### Aliments de consum diari

Farinacis	4-6 racions/dia
Fruïtes fresques	3 racions/dia
Hortalisses i verdures	2 racions/dia
Làctics	2-3 racions/dia
Oli d'oliva	3-6 racions/dia
Aigua	Beure aigua per una bona hidratació

#### Aliments de consum setmanal

Carn magra i blanca	3-4 racions/setmana
Peix	3-4 racions/setmana
Ous	3-4 racions/setmana
Llegums	3-4 racions/setmana

#### Aliments de consum ocasional

Pel seu elevat contingut en greixos saturats, sucres i sal es recomana un consum ocasional.

## 2.2 Dieta **BÀSICA**

Dieta equilibrada, variada i normo calòrica (2000-2300 kcal/dia) que cobreix les necessitats energètiques i nutritives recomanades.

A l'hora de dissenyar-la, s'ha tingut en compte els hàbits alimentaris de la població habitual que ingressa al centre i els gustos del pacient.

Dieta amb possibilitat d'escollir el "Menú d'Elecció" per a tots els pacients en la fase 3 del contracte.

### **INDICACIONS**

Indicada per a pacients amb un estat fisiopatològic que no requereix una dieta terapèutica ni específica ja sigui a nivell qualitatiu com quantitatiu dels aliments.

### **SUPLEMENTS**

Aquesta dieta no ha de comportar cap dèficit nutricional ni a curt ni a llarg termini.

### **LÍQUIDS**

Sense restricció.

Es recomana 1,5 l/dia d'aigua, infusions o begudes recomanades.

### **COMPOSICIÓ MITJANA NUTRICIONAL**

DISTRIBUCIÓ PERCENTUAL ENERGÈTICA



Energia	<b>2000-2300 kcal</b>
Hidrats de carboni	50-60%
Proteïnes	12-15%
Lípids	30-35%
Fibra	>25gr

### **DISTRIBUCIÓ DIÀRIA**

Aquesta dieta i totes les seves derivacions es fraccionaran en 4-5 ingestes distribuïdes en:

Esmorzar	Tassa llet semidescremada/ descremada o infusió o beguda vegetal Cacao en pols o Cafè soluble Sucre/edulcorant Pa 50gr-70gr o 4 biscotes o cereals Formatge descremat o embotit variat o Margarina i melmelada Peça de fruita
Dinar i sopar	Plat farinaci ( pasta, arròs, tubercles, llegum) Panet Guarnició verdura crua o cuita Plat de carn, peix, ou o proteïna vegetal Fruita del temps o postre làctic Oli d'oliva per amanir
Berenar	Tassa llet semidescremada o descremada o infusió Cafè soluble o cacao en pols Sucre/edulcorant Pack individual de biscotes o Galetes tipus Maria o fruita fresca de temporada o fruit secs
Ressopó	Làctic o infusió

## TÈCNIQUES CULINÀRIES

Coccions al vapor, forn, planxa, estofats, fregits, etc. i tot tipus de condiments.

## VARIACIONS D'AQUESTA DIETA, ASSOCIACIÓ AMB ALTRES DIETES, CARACTERÍSTIQUES O TERÀPIES

Dieta Bàsica  
 Dieta Bàsica Sense sal  
 Dieta Bàsica Fàcil mastegar  
 Dieta Bàsica Fàcil mastegar Sense sal  
 Dieta Bàsica Pastosa  
 Dieta Bàsica Pastosa Sense sal  
 Dieta Bàsica Rica en fibra  
 Dieta Bàsica Rica en fibra Sense sal  
 Dieta Bàsica Rica en fibra Fàcil mastegar  
 Dieta Bàsica Rica en fibra Fàcil mastegar Sense sal  
 Dieta Bàsica Rica en fibra Pastosa  
 Dieta Bàsica Rica en fibra Pastosa Sense sal  
 Dieta Bàsica No carn  
 Dieta Bàsica No carn Sense sal  
 Dieta Bàsica Sense gluten  
 Dieta Bàsica Sense gluten Sense sal  
 Dieta Bàsica Sense lactosa  
 Dieta Bàsica Sense lactosa Sense sal  
 Dieta Bàsica Triturada  
 Dieta Bàsica Triturada Sense sal  
 Dieta Bàsica Triturada Rica en fibra  
 Dieta Bàsica Triturada Rica en fibra Sense sal

## 2.3 Dieta **CONTROLADA EN HIDRATS DE CARBONI**

Les dietes que formen part del tractament de la Diabetis Mellitus controlen, sobretot, l'aport calòric, el d'hidrats de carboni i el dels lípids. Però hi ha altres consideracions que es tenen en compte, com la periodicitat dels àpats i la distribució calòrica i dels hidrats de carboni al llarg del dia.

Els objectius que es marquen al pautar aquesta dieta són aconseguir:

- Una ingesta nutricional adequada per tal de poder contribuir a un millor control metabòlic.
- Prevenció d'hiperglucèmies i hipoglucèmies.

Dieta amb possibilitat d'escollir el "Menú d'Elecció" per a tots els pacients en la fase 3 del contracte.

### **INDICACIONS**

---

Indicada per a pacients diabètics tipus I i II amb coneixements habituals de contatge de racions.

Per pacients amb diabetis tipus I i tipus II que requereixin un control més estricte de les raciones de HC s'indicarà dieta controlada en hidrats de carboni 1800 kcal/dia i controlada en hidrats de carboni per IMC 30 hipocalòrica 1200 kcal/dia.

### **SUPLEMENTS**

---

No són necessaris.

### **LÍQUIDS**

---

Sense restricció.

Es recomana 1,5 l/dia d'aigua, infusions o begudes recomanades.

### **TÈCNIQUES CULINÀRIES**

---

Coccions al vapor, forn, planxa, estofats, estofats de cocció dietètica, etc. i tot tipus de condiments.

## COMPOSICIÓ MITJANA NUTRICIONAL

---

Energia	<b>1200-2000 kcal</b>
Hidrats de carboni	55%
Proteïnes	15%
Lípids	30%
Fibra	>25gr

## DISTRIBUCIÓ DIÀRIA

---

Aquesta dieta i totes les seves derivacions es fraccionen en 4-5 ingestes distribuïdes en:

<b>Dieta Control HC</b>	<b>Dieta Control HC + característica 1800</b>	<b>Dieta Control HC + característica 1200</b>
<b>Esmorzar</b> <b>5 racions HC</b>	Esmorzar 4 racions HC	Esmorzar 3 racions HC
<b>Dinar</b> <b>≈ 6 racions HC</b>	Dinar ≈ 5 racions HC	Dinar ≈ 4 racions HC
<b>Berenar</b> <b>2,5 racions HC</b>	Berenar 2 racions HC	Berenar 1 ració HC
<b>Sopar</b> <b>≈ 6 racions HC</b>	Sopar ≈ 5 racions HC	Sopar ≈ 4 racions HC
<b>Ressopó</b> <b>1'5 racions HC</b>	Ressopó 1 racions HC	Ressopó 1 ració HC

## Dieta Control HC

<b>Esmorzar</b>	Tassa de llet semidescremada/descremada o iogurt. Cafè descafeïnat i sacarina Panet o panet integral Embotits / formatges descremats o margarina
<b>Mig matí</b>	Peça de fruita o un làctic descremat
<b>Dinar i sopar</b>	Plat farinacis complexos, plat verdura o amanida Plat de carn, peix, ou Guarnició Panet o panet integral Peça de fruita o iogurt descremat no edulcorat Oli d'oliva en amaniments
<b>Berenar</b>	Llet semidescremada/descremada o iogurt, Cafè soluble i sacarina Peça de fruita o galetes o biscotes o fruits secs
<b>Ressopó</b>	Làctic o infusió Galetes tipus maria o biscotes integrals

## Dieta Control HC + característica 1800kc

<b>Esmorzar</b>	Tassa de llet semidescremada/descremada o iogurt. Cafè descafeïnat i sacarina Panet o panet integral Embotits / formatges descremats o margarina
<b>Mig matí</b>	Peça de fruita o un làctic descremat
<b>Dinar i sopar</b>	Plat feculent ½ racions (patata, pasta, arròs) o llegum Plat de carn, peix, ou Guarnició de verdura crua o cuita Panet o panet integral Fruita del temps o làctic descremat edulcorat Oli d'oliva en amaniments
<b>Berenar</b>	Llet semidescremada/descremada o iogurt, Cafè soluble i sacarina

	Peça de fruita o galetes o biscotes o fruits secs
<b>Ressopó</b>	Làctic o infusió Galetes tipus maria o biscotes integrals

*\*Amb la característica de fàcil masticació, els biscotes es canvien per galetes integrals sense sucres afegits.*

### **Dieta Control HC + característica 1200kc**

<b>Esmorzar</b>	Tassa de llet descremada, cafè descafeïnat i sacarina Panet integral (40gr), dos paquets de biscotes Formatgets descremats o gall d'indi
<b>Dinar i sopar</b>	Plat feculent ½ racions (patata, pasta, arròs) o llegum Plat de carn, peix, ou Guarnició de verdura crua o cuita Panet integral (40gr) Fruita del temps o làctic descremat natural Oli d'oliva en amaniments
<b>Berenar</b>	Làctic descremat Cafè soluble i sacarina
<b>Ressopó</b>	Làctic descremada o infusió

### **VARIACIONS D'AQUESTA DIETA, ASSOCIACIÓ AMB ALTRES DIETES, CARACTERÍSTIQUES O TERÀPIES**

---

Control HC

Control HC Sense sal

Control HC 1800kc

Control HC 1800kc Sense sal

Control HC 1800kc Fàcil masticació

Control HC 1800kc Fàcil masticació Sense sal

Control HC 1200kc



Control HC 1200kc Sense sal  
Control HC 1200kc Fàcil masticació  
Control HC 1200kc Fàcil masticació Sense sal  
Control HC Fàcil mastegar  
Control HC Fàcil mastegar Sense sal  
Control HC Pastosa  
Control HC Pastosa Sense sal  
Control HC Rica en fibra  
Control HC Rica en fibra Sense sal  
Control HC Sense crus  
Control HC Sense crus Sense sal  
Control HC Sense greixos totals  
Control HC Sense greixos totals Sense sal  
Control HC Sense greixos totals Fàcil masticació  
Control HC Sense greixos totals Fàcil masticació Sense sal  
Control HC Sense residus  
Control HC Sense residus Sense sal  
Control HC Sense residus Pastosa  
Control HC Sense residus Pastosa Sense sal  
Control HC Sense residus Triturada  
Control HC Sense residus Triturada Sense sal  
Control HC Triturada  
Control HC Triturada Sense sal  
Control HC Fàcil mastegar Rica en fibra  
Control HC Fàcil mastegar Rica en fibra Sense sal

## 2.4 Dieta HIPOCALÒRICA

Dieta equilibrada i variada reduïda en calories totals i greixos saturats.

### INDICACIONS

---

Indicada per a pacients amb un IMC (Índex de massa corporal) superior a 30 i han de disminuir de pes.

### SUPLEMENTS

---

No són necessaris.

### LÍQUIDS

---

Sense restricció.

Es recomana 1,5 l/dia d'aigua, infusions o begudes recomanades. És necessari que l'aportació hídrica sigui suficient com perquè pugui eliminar els residus del catabolisme del cossos cetònics. També l'aigua pot ajudar a augmentar la sacietat en aquests pacients.

### COMPOSICIÓ MITJANA NUTRICIONAL

---

Energia	1200kcal
Hidrats de carboni	55%
Proteïnes	15%
Lípids	30%
Fibra	>25gr

### DISTRIBUCIÓ DIÀRIA

---

<b>Esmorzar</b>	Tassa de llet descremada (200ml), cafè descafeïnat i sacarina Panet (50gr), dos paquets de biscotes o galetes tipus maria Formatgets descremats, mermelada sense sucre o gall d'indi
<b>Dinar i sopar</b>	Plat feculent (patata, pasta, arròs o llegum) Plat de carn, peix, ou Guarnició de verdura crua o cuita Fruita del temps o làctic descremat sense sucre afegit Oli d'oliva en amaniments
<b>Berenar</b>	Suc de fruites o làctic descremat sense sucre afegit
<b>Ressopó</b>	Opcional (A servir del stock de planta)

### VARIACIONS D'AQUESTA DIETA, ASSOCIACIÓ AMB ALTRES DIETES, CARACTERÍSTIQUES O TERÀPIES

---

Hipocalòrica  
Hipocalòrica Sense sal  
Hipocalòrica Fàcil mastegar  
Hipocalòrica Fàcil mastegar Sense sal  
Hipocalòrica Pastosa  
Hipocalòrica Pastosa Sense sal  
Hipocalòrica Rica en fibra  
Hipocalòrica Rica en fibra Sense sal  
Hipocalòrica Sense crus  
Hipocalòrica Sense crus Sense sal

## 2.5 Dieta HIPERPROTEICA

Dieta caracteritzada per un augment de la proporció de proteïnes respecte a la d'una dieta equilibrada amb productes làctics, carn, peix, ous i llegums.

### INDICACIONS

---

Indicada per a pacients en casos de desnutrició proteica, politraumatisme, sèpsies, grans cremats, ferides greus, ja que degut a l'estat catabòlic en què es troben requereixen una aportació proteica elevada.

### SUPLEMENTS

---

Aquesta dieta no ha de comportar cap dèficit nutricional ni a curt ni a llarg termini.

### LÍQUIDS

---

Sense restricció.

Es recomana un mínim 1,5 l/dia d'aigua, infusions o begudes recomanades. S'augmentarà la ingesta de líquids per afavorir l'eliminació de compostos nitrogenats produïts pel catabolisme de proteïnes. És important mantenir un bon equilibri hídric i així a ajudar al sistema renal que en aquesta dieta podria patir una sobrecàrrega.

### COMPOSICIÓ MITJANA NUTRICIONAL

---

Energia	<b>2000-2300 kcal</b>
Hidrats de carboni	55%
Proteïnes	20%
Lípids	25%
Fibra	>25gr

### DISTRIBUCIÓ DIÀRIA

---

Esmorzar	Tassa de llet semidescremada Cafè descafeïnat o infusió o iogurt hiperproteic Sucre o edulcorant Panet de 50g o 2 paquets de biscofes amb embotit
Dinar i sopar	Plat farinaci (patata, pasta, arròs o llegum o tubercles) Plat de carn, peix, ou o clara d'ou Guarnició verdura crua o cuïta Panet 50g Fruïta del temps Postre làctic hiperproteic Oli d'oliva per amanir
Berenar	Tassa de llet semidescremada o làctic hiperproteic o peça de fruïta Cafè descafeïnat o infusió
Ressopo	Làctic o infusió

## **TÈCNIQUES CULINÀRIES**

---

Es poden emprar totes les coccions: vapor, forn, planxa, estofats, fregits, etc.

## **VARIACIONS D'AQUESTA DIETA, ASSOCIACIÓ AMB ALTRES DIETES, CARACTERÍSTIQUES O TERÀPIES**

---

Hiperproteica  
Hiperproteica Sense sal  
Hiperproteica Fàcil masticació  
Hiperproteica Fàcil masticació Sense sal  
Hiperproteica Pastosa  
Hiperproteica Pastosa Sense sal  
Hiperproteica Sense crus  
Hiperproteica Sense crus Sense sal  
Hiperproteica Sense glúcids  
Hiperproteica Sense glúcids Sense sal  
Hiperproteica Triturada  
Hiperproteica Triturada Sense sal

## 2.6 Dieta **ASTRINGENT**

Dieta que conté aliments amb baix contingut en fibra.

La quantitat de lactosa de la dieta està reduïda, però s'afavoreix la ingesta de productes probiòtics per protegir la flora bacteriana de l'intestí. També es disminuiran els greixos degut a la prolongada digestió que tenen. S'evitaran els guisats, fregits i menjars salats que irriten la mucosa i que són estimulants del reflux gastro-còlic i del peristaltisme intestinal.

### **INDICACIONS**

Indicada per a pacients amb processos diarreïcs, trastorns de la motilitat intestinal, colitis, malaltia de Chron, etc. I també com a preparació de proves exploratòries.

### **SUPLEMENTS**

-

### **LÍQUIDS**

Sense restricció.

Es recomana 1,5 l/dia d'aigua o infusions

### **COMPOSICIÓ MITJANA NUTRICIONAL**

Energia	<b>1800 Kcal</b>
Hidrats de carboni	50-60%
Proteïnes	15-20%
Lípids	25%
Fibra soluble	<10 g.

### **DISTRIBUCIÓ DIÀRIA**

<b>Esmorzar</b>	Infusió (camamilla o té) i sucre
	Dos paquets de biscotes
	Gall d'indi o codonyat
	Oli d'oliva
<b>Dinar i sopar 1/2 racions</b>	Plat feculant ( patata, pasta, arròs)
	Plat de carn, peix, ou
	Guarnició de verdura pimesa ( carbassa, pastanaga, carbassó)
	Biscotes
	Compota de poma, poma al forn, codony o làctic descremat natural
Oli d'oliva en amaniments	
<b>Berenar</b>	Suc de poma o làctic descremat natural
	Un paquet de biscotes
<b>Ressopó</b>	Opcional (A servir del stock de planta)

### **TÈCNiques CULINÀRIES**

Coccions al vapor, bullit, forn o planxa.

## **VARIACIONS D'AQUESTA DIETA, ASSOCIACIÓ AMB ALTRES DIETES, CARACTERÍSTIQUES O TERÀPIES**

---

Dieta Astringent  
Dieta Astringent Sense sal  
Dieta Astringent Fàcil mastegar  
Dieta Astringent Fàcil mastegar Sense sal  
Dieta Astringent Pastosa  
Dieta Astringent Pastosa Sense sal  
Dieta Astringent Sense residus  
Dieta Astringent Sense residus Sense sal  
Dieta Astringent Triturada  
Dieta Astringent Triturada Sense sal

## 2.7 Dieta **BAIXA EN GREIXOS TOTALS**

Dieta que aporta totes les necessitats energètiques i nutritives per a l'adult, però que fa especial atenció en la quantitat i tipus de greixos.

Aporta un baix contingut en greixos, sobretot en àcids grassos saturats i colesterol. Repercutint per tant en la quantitat d'hidrats de carboni, que està augmentada, i procurant que aquests siguin en la seva majoria polisacàrids (complexos). El consum de fibra també està augmentat per afavorir el trànsit intestinal i l'eliminació de greixos per la femta

### **INDICACIONS**

Indicada per a pacients que requereixen una ingesta baixa d'aliments rics en greixos saturats com dislipèmies, pancreatitis, processos biliars, colecistopaties, etc.

### **SUPLEMENTS**

Disminució de l'absorció de vitamines liposolubles.

S'avaluarà la necessitat de suplementos nutricionals o farmacològics de micronutrients en cas de prescripció perllongada d'aquesta dieta.

### **LÍQUIDS**

Sense restricció.

Es recomana 1,5 l/dia d'aigua, infusions o begudes recomanades.

### **COMPOSICIÓ MITJANA NUTRICIONAL**

Energia	<b>1800 Kcal</b>
Hidrats de carboni	60%
Proteïnes	20%
Lípids	20%
Fibra	>25gr

### **DISTRIBUCIÓ DIÀRIA**

<b>Esmorzar</b>	Tassa de llet descremada (200ml), cafè descafeïnat i sucre Panet (50gr), dos paquets de biscotes o galetes tipus maria Formatgets descremats, melmelada o gall d'indi
<b>Dinar i sopar</b>	Plat feculent (patata, pasta, arròs o llegum) Plat de carn, peix, ou Guarnició de verdura crua o cuïta Panet (50gr) Fruïta del temps o làctic descremat Oli d'oliva en amaniments
<b>Berenar</b>	Suc de fruites o làctic descremat Un paquet de galetes tipus maria
<b>Ressopó</b>	Opcional (A servir del stock de planta)

### **TÈCNIQUES CULINÀRIES**

Coccions al vapor, forn, planxa, estofats en cocció dietètica, etc.

**VARIACIONS D'AQUESTA DIETA, ASSOCIACIÓ AMB ALTRES DIETES,  
CARACTERÍSTIQUES O TERÀPIES**

---

Baix contingut en greixos totals  
Baix contingut en greixos totals Sense sal  
Baix contingut en greixos totals Sense crus  
Baix contingut en greixos totals Sense crus Sense sal



## 2.8 Dieta **BAIX CONTINGUT EN RESIDUS ERICTA F-1**

Dieta terapèutica de progressió astringents restrictiva, pobre en residus, sense fibra insoluble i moderada en greixos.

La Fase 1 està exempta de aliments amb lactosa.

Dieta fraccionada en petits volums per facilitar la digestió dels aliments. És important mastegar poc a poc i dedicar temps al moment de menjar.

Es necessari un control de la dieta ja que l'evolució la marcarà el pacient, junt amb el equip mèdic, segons la tolerància a la introducció de nous aliments

### **INDICACIONS**

Indicada per a pacients en processos d'ostomia greu, sobretot en la fase de postoperatori de l'ostomia.

### **SUPLEMENTS**

Dèficit de vitamina B12, administrar per via intramuscular.

### **LÍQUIDS**

Es necessari un control exhaustiu de la ingesta de líquid i de les pèrdues, prevenint la deshidratació. S'han disminuir les pèrdues intestinals d'aigua i minerals i reduir el volum de femta i augmentant la consistència.

### **COMPOSICIÓ MITJANA NUTRICIONAL**

Energia	<b>1800 Kcal</b>
Hidrats de carboni	60%
Proteïnes	20%
Lípids	20%
Fibra	>10 g.

### **DISTRIBUCIÓ DIÀRIA**

<b>Esmorzar</b>	Infusió, llet d'ametlles, suc de poma o suc de préssec
	Dos paquets de biscotes o galetes tipus maria
	Gall d'indi o codony
	Oli d'oliva
<b>Dinar i sopar 1/2 racions</b>	Plat feculant ( patata, pasta, arròs)
	Plat de carn, peix, ou
	Guarnició de verdura pemesa ( carbassa, pastanaga, carbassó)
	Biscotes
	Poma forn, compota de poma, codony o suc de pomna Oli d'oliva en amaniments
<b>Berenar</b>	Compota de poma, suc de poma o suc de préssec
	Un paquet de galetes tipus maria
<b>Ressopó</b>	Opcional (A servir del stock de planta)

## **TÈCNIQUES CULINÀRIES**

---

Coccions al vapor, bullit, planxa o forn.

## **VARIACIONS D'AQUESTA DIETA, ASSOCIACIÓ AMB ALTRES DIETES, CARACTERÍSTIQUES O TERÀPIES**

---

Baix contingut en residus estricta Fase 1

Baix contingut en residus estricta Fase 1 Sense sal

## 2.9 Dieta **BAIX CONTINGUT EN RESIDUS MODERADA F-2**

Dieta terapèutica de progressió, **continuitat** de la Baix contingut en residus estricta fase 1.

Dieta astringent amb la introducció de nous aliments: làctics descremats (iogurt i formatge semicurat), verdures riques en fibra soluble i de fàcil digestió en textura triturada, llet sense lactosa per esmorzar, pa enlloc de torrades.

Es necessari un control de la dieta ja que l'evolució la marcarà el pacient, junt amb el equip mèdic, segons la tolerància a la introducció de nous aliments

### **INDICACIONS**

Indicada per a pacients amb ostomies després de tolerància de la Fase 1.

El moment de progressar en la dieta ve marcat quan el pacient ingereix tot el menjar i els residus són de consistència adequada.

### **SUPLEMENTS**

Dèficit de vitamina B12, administrar per via intramuscular.

### **LÍQUIDS**

Es necessari un control exhaustiu de la ingesta de líquid i de les pèrdues, prevenint la deshidratació. S'han disminuir les pèrdues intestinals d'aigua i minerals i reduir el volum de femta i augmentant la consistència.

### **COMPOSICIÓ MITJANA NUTRICIONAL**

Energia	<b>1800 Kcal</b>
Hidrats de carboni	60%
Proteïnes	20%
Lípids	20%
Fibra	>10 g.

### **DISTRIBUCIÓ DIÀRIA**

<b>Esmorzar</b>	Tassa de llet sense lactosa, descafeïnat i sucre Panet ( 50gr), dos paquets de biscotes o galetes tipus maria Oli d'oliva
<b>Dinar i sopar 1/2 racions</b>	Plat feculant ( patata, pasta, arròs) Plat de carn, peix, ou Guarnició de verdura pimesa Panet ( 50gr) Poma forn, compota de poma, suc de préssec o iogurt descremat Oli d'oliva en amaniments
<b>Berenar</b>	logurt descremat natural, suc de poma o suc de préssec Un paquet de galetes tipus maria
<b>Ressopó</b>	Opcional (A servir del stock de planta)

### **TÈCNIQUES CULINÀRIES**

Coccions al vapor, bullit, planxa o forn.

**VARIACIONS D'AQUESTA DIETA, ASSOCIACIÓ AMB ALTRES DIETES,  
CARACTERÍSTIQUES O TERÀPIES**

---

Baix contingut en residus moderada Fase 2

Baix contingut en residus moderada Fase 2 Sense sal

## 2.10 Dieta **BAIX CONTINGUT EN RESIDUS MODERADA F-3**

Dieta terapèutica de progressió, **continuïtat** de la Baix contingut en residus moderada fase 2.

Dieta de fàcil digestió controlada en greixos i fibra i amb la introducció de nous aliments: verdura no flatulenta bullida, fruita fresca de protecció gàstrica (préssec, poma, plàtan i pera), làctics no descremats (iogurt natural, flam, natilla de vainilla i quallada), llegums en triturat (segons tolerància).

Es necessari un control de la dieta ja que l'evolució la marcarà el pacient, junt amb el equip mèdic, segons la tolerància a la introducció de nous aliments

### **INDICACIONS**

Indicada per a pacients amb ostomies després de tolerància de la Fase 2.

El moment de progressar en la dieta ve marcat quan el pacient ingereix tot el menjar i els residus són de consistència adequada.

### **SUPLEMENTS**

Dèficit de vitamina B12, administrar per via intramuscular.

### **LÍQUIDS**

Es necessari un control exhaustiu de la ingesta de líquid i de les pèrdues, prevenint la deshidratació. S'han disminuir les pèrdues intestinals d'aigua i minerals i reduir el volum de femta i augmentant la consistència.

### **COMPOSICIÓ MITJANA NUTRICIONAL**

Energia	<b>1800-2000 Kcal</b>
Hidrats de carboni	60%
Proteïnes	20%
Lípids	20%
Fibra	>10 g.

### **DISTRIBUCIÓ DIÀRIA**

<b>Esmorzar</b>	Tassa de llet sense lactosa ( 200 ml), descafeïnat i sucre
	Panet ( 50gr), dos paquets de biscotes o galetes tipus maria
	Gall d'indi, pernil país, formatge semicurat, codony o margarina / mermelada
	Oli d'oliva
<b>Dinar i sopar 1/2 racions</b>	Plat feculant ( patata, pasta, arròs)
	Plat de carn, peix, ou
	Guarnició de verdura pimesa
	Panet ( 50gr)
	Fruita fresca PG, en almívar, compota o làctics permesos
<b>Berenar</b>	logurt natural, o suc de poma o préssec
	Un paquet de galetes tipus maria
<b>Ressopó</b>	Opcional (A servir del stock de planta)

## **TÈCNiques CULINÀRIES**

---

Coccions al vapor, bullit, planxa o forn.

## **VARIACIONS D'AQUESTA DIETA, ASSOCIACIÓ AMB ALTRES DIETES, CARACTERÍSTIQUES O TERÀPIES**

---

Baix contingut en residus moderada Fase 3

Baix contingut en residus moderada Fase 3 Sense sal

## 2.11 Dieta FÀCIL DIGESTIÓ

Dieta normocalòrica i normoproteica, de baix contingut en fibres i greixos elaborada amb coccions suaus.

L'objectiu d'aquesta dieta és evitar un augment excessiu de la secreció àcida gàstrica; es tracta doncs d'una dieta ampla, molt semblant a la dieta normal, amb la supressió dels aliments irritants de la mucosa gàstrica, sense espècies ni condiments forts, i amb coccions senzilles sense afegir-hi greix.

### INDICACIONS

Indicada en pacients en la última fase de la progressió alimentària en cirurgia digestiva, digestiva post cirurgia, pancreatitis lleu o greu en fase de remissió. Progressió a la dieta bàsica en pacients amb llarg repòs digestiu.

Indicada en pacients que presenten dificultat en la digestió dels aliments i/o pacients afectats de patologia hepatobiliar.

### SUPLEMENTS

Possible dèficit d'àcid fòlic i, si es perllonga en el temps, cal avaluar els nivells de folats.

### LÍQUIDS

Sense restricció.

Es recomana 1,5 l/dia d'aigua, infusions o begudes recomanades.

### COMPOSICIÓ MITJANA NUTRICIONAL

Energia	<b>1800 kcal</b>
Hidrats de carboni	50-60%
Proteïnes	10-15%
Lípids	25%
Fibra	Baix contingut en fibra insoluble

### DISTRIBUCIÓ DIÀRIA

<b>Esmorzar</b>	Tassa de llet descremada, café descafeïnat i sucre
	Panet 50gr, dos paquets de biscotes o galetes tipus maria
	Formatges descremats o margarina / melmelada
<b>Dinar i sopar</b>	Plat feculant ( patata, pasta, arròs)
	Plat de carn, peix, ou
	Guarnició de verdura cuita de fàcil digestió
	Biscotes
	Fruita del temps PG, al forn, en almívar, compota o làctic
	Oli d'oliva en amaniments
<b>Berenar</b>	Suc de fruites o làctic descremat
	Un paquet de galetes tipus maria
<b>Ressopó</b>	Opcional (A servir del stock de planta)

## TÈCNIQUES CULINÀRIES

---

Coccions al vapor, bullit, planxa o forn.

## OBSERVACIONS

---

En el cas de necessitar també que sigui dieta Diabètica o Semi-sòlida la característica a escollir serà sense crus.

En el cas de no tolerància als làctics, es pot afegir com a observació.

## VARIACIONS D'AQUESTA DIETA, ASSOCIACIÓ AMB ALTRES DIETES, CARACTERÍSTIQUES O TERÀPIES

---

Fàcil digestió  
Fàcil digestió Sense sal  
Fàcil digestió Fàcil mastegar  
Fàcil digestió Fàcil mastegar Sense sal  
Fàcil digestió Pastosa  
Fàcil digestió Pastosa Sense sal  
Fàcil digestió Sense crus  
Fàcil digestió Sense crus Sense sal  
Fàcil digestió Triturada  
Fàcil digestió Triturada Sense sal



## 2.12 Dieta INSUFICIÈNCIA RENAL

Dieta amb restricció de proteïnes, líquids, fòsfor, sodi i potassi indicada per a pacients amb insuficiència renal per tal de mantenir un equilibri en els nivells d'electròlits, minerals i líquid.

S'ha personalitzar la dieta per valorar si és necessari una restricció de proteïnes i/o líquids.

### INDICACIONS

Pacients amb insuficiència renal crònica avançada, trastorns renals tubular, insuficiència renal o que prenguin diürètics estalviadors de potassi.

Pacients amb danys tissulars massius, acidosis metabòlica, hiperosmolaritat, dèficit d'insulina i paràlisis periòdica hiperpotassèmica.

### SUPLEMENTS

Segons l'evolució i l'estat del pacient, serà necessari un suplement vitamínic i/o mineral.

### LÍQUIDS

Aigua de baix contingut en sodi.

La quantitat de líquids que pot ingerir dependrà de cada pacient segons prescripció facultativa.

### COMPOSICIÓ MITJANA NUTRICIONAL

Energia	<b>1800-2000 kcal</b>
Hidrats de carboni	50-60%
Proteïnes	12% (60gr)
Lípids	30-35%
Fibra	>25gr

### DISTRIBUCIÓ DIÀRIA

<b>Esmorzar</b>	Tassa de llet descremada, café descafeïnat i sucre
	Panet 50gr, dos paquets de biscotes o galetes tipus maria
	Formatges descremats o margarina / melmelada
<b>Dinar i sopar</b>	Plat feculant ( pasta, arròs o ocasionalment llegum )
	Plat de carn, peix, ou
	Guarnició de verdura crua en remull o cuita en doble cocció
	Panet 50 gr
	Fruita baixa en potassi, compota, almívar sense suc o làctic natural
	Oli d'oliva en amaniments
<b>Berenar</b>	Làctic natural o compota
	Un paquet de galetes tipus maria
<b>Ressopó</b>	Opcional (A servir del stock de planta)

## **TÈCNIQUES CULINÀRIES**

---

Coccions al vapor (previ remull), bullit (retirant el brou de cocció), forn, planxa, estofats, fregits, etc. i tot tipus de condiments.

Per reduir al màxim la quantitat de minerals, les verdures i llegums són de doble cocció (canviant l'aigua a mitja cocció). I les amanides es posen en remull.

Les fruites el almívar es serviran sense suc.

Cal evitar sempre la sal.

## **VARIACIONS D'AQUESTA DIETA, ASSOCIACIÓ AMB ALTRES DIETES, CARACTERÍSTIQUES O TERÀPIES**

---

Insuficiència renal

Insuficiència renal Sense sal

## 2.13 Dieta HÍDRICA

Dieta subministrada des de farmàcia per a pacients amb sonda nasogàstrica. Des de cuina es subministra una ampolla de 1,5l d'aigua al dia.

### INDICACIONS

---

Indicada per a pacients amb Sonda Nasogàstrica (SNG) i gastrostomia percutània (PEG).

### SUPLEMENTS

---

-

### LÍQUIDS

---

Aigua

### COMPOSICIÓ MITJANA NUTRICIONAL

---

Energia	-
Hidrats de carboni	-
Proteïnes	-
Lípids	-
Fibra	-

### DISTRIBUCIÓ DIÀRIA

---

<b>Esmorzar</b>	-
<b>Dinar i sopar</b>	-
<b>Berenar</b>	Ampolla de 1,5l d'aigua
<b>Ressopó</b>	-

### TÈCNIQUES CULINÀRIES

---

Cap.

### RELACIÓ D'ALIMENTS RECOMANATS

---

Cap.

## 2.14 Dieta LÍQUIDA

El grup de dietes progressives es compon de diferents fases en les que s'inclouen modificacions de textura, variacions qualitatives i quantitatives d'aliments i tria de les seves tècniques culinàries, per facilitar el procés de digestió. Aquesta transició permet arribar a la dieta bàsica o a la dieta terapèutica del malalt.

La dieta líquida és una dieta incompleta a base de líquids que no aporta tota l'energia necessària.

Els aliments que la componen són, com el seu nom indica, líquids: aigua, suc de fruites, infusions, brous...

### INDICACIONS

---

Indicada per a pacients després d'una etapa de desdormir en els processos postoperatoris, infecciosos aguts, inflamacions del tracte gastrointestinal, etc. i en general en qualsevol pacient que surti d'un estat crític i que sigui possible l'alimentació oral.

### SUPLEMENTS

---

És una dieta totalment desequilibrada, ja que bàsicament aporta hidrats de carboni senzills, aigua, ions i algunes vitamines. Per tant si s'ha de seguir durant un període de temps perllongat (>3 dies) és recomanable la suplementació.

### LÍQUIDS

---

Sense restriccions.

### COMPOSICIÓ MITJANA NUTRICIONAL

---

Energia	<b>250 kcal</b>
Hidrats de carboni	90%
Proteïnes	3%
Lípids	7%
Fibra	Deficitària

### DISTRIBUCIÓ DIÀRIA

---

<b>Esmorzar</b>	Infusió i sucre Suc de poma Ampolla d'aigua 0,5L
<b>Dinar i sopar</b>	Brou Suc de poma
<b>Berenar</b>	Suc de poma o infusió
<b>Ressopó</b>	Opcional (A servir del stock de planta)

### TÈCNIQUES CULINÀRIES

---

Coccions bullit.

## **OBSERVACIONS**

---

La textura és inherent a la dieta. S'afegirà espessidor en cas de disfàgia orofaríngia.

## **VARIACIONS D'AQUESTA DIETA, ASSOCIACIÓ AMB ALTRES DIETES, CARACTERÍSTIQUES O TERÀPIES**

---

Líquida  
Líquida Sense sal  
Control HC Líquida  
Control HC Líquida Sense sal  
Astringent Líquida  
Astringent Líquida Sense sal  
Fàcil digestió Líquida  
Fàcil digestió Líquida Sense sal

## 2.15 Dieta SEMILÍQUIDA

Dieta de progressió, continuïtat de la Líquida. Dieta incompleta a base de líquids que no aporta tota l'energia necessària.

Els aliments que la componen són com el seu nom indica líquids: aigua, suc de fruites, infusions, brous i llet. I s'introdueixen làctics descremats, sopa de pasta fina, sèmola...

### INDICACIONS

Indicada per a pacients en segona fase després d'una dieta progressiva post cirurgia.

Reinici de l'alimentació oral després d'alteracions agudes de les funcions gastrointestinals.

### SUPLEMENTS

Dieta que no cobreix les necessitats nutricionals d'energia, de macro i micronutrients.

En el cas de mantenir aquesta dieta en un període de temps perllongat (>3 dies), s'ha de valorar la inclusió de suplementos nutricionals per a evitar la malnutrició.

### LÍQUIDS

En funció de la tolerància del pacient.

### COMPOSICIÓ MITJANA NUTRICIONAL

Energia	405 kcal
Hidrats de carboni	74%
Proteïnes	18%
Lípids	8%
Fibra	Deficitària

### DISTRIBUCIÓ DIÀRIA

Esmorzar	200ml de llet descremada Cafè descafeïnat soluble Sucre o edulcorant
Dinar i sopar	Sopa de pasta fina o sèmola Suc de fruites ( poma o préssec) o iogurt líquid
Berenar	Iogurt líquid o iogurt descremat o beguda vegetal o suc de fruites
Ressopo	A servir estoc de planta

### TÈCNIQUES CULINÀRIES

Coccions bullit i vapor.

### OBSERVACIONS

La textura és inherent a la dieta. S'afegirà espessidor en cas de disfàgia orofaríngia.

**VARIACIONS D'AQUESTA DIETA, ASSOCIACIÓ AMB ALTRES DIETES,  
CARACTERÍSTIQUES O TERÀPIES**

---

Semilíquida  
Semilíquida Sense sal

## 2.16 Dieta **ENERGÈTICA PROGRESSIVA**

Dieta progressiva combinada amb la dieta hídrica i l'inici d'ingesta amb petites quantitats de triturats mida iogurt repartides en tres àpats en funció de la fase en què es trobi (esmorzar, dinar i sopar).

La dieta consta de tres fases, en funció del número d'ingestes a realitzar:

- Fase 1 : dinar
- Fase 2: esmorzar i dinar
- Fase 3: esmorzar, dinar i sopar

La composició de l'àpat és la següent: 1 triturat o papilla de mida iogurt ( 125gr) + 1 postre ( compota o iogurt ) + 1 aigua gelificada.

### **INDICACIONS**

---

Indicada per a pacients amb nutrició enteral que a la vegada requereixin d'un inici de dieta per via oral amb petites quantitats per provar tolerància sense requeriments específics.

S'iniciarà després d'una bona tolerància amb la ingesta d'un iogurt/compota al dia durant uns dies i realitzant el test de (MECV-V) per part del servei de logopèdia del centre i comprovar que no hi ha signes d'alteració en la deglució en textura púding.

En el cas de valorar una bona tolerància amb la dieta energètica progressiva durant 3-4 dies es retiraria la via enteral i s'augmentaria la quantitat de la dieta via oral (dieta pastosa); en cas contrari es tornaria exclusivament a la dieta enteral.

### **SUPLEMENTS**

---

Dieta que no cobreix les necessitats nutricionals d'energia, de macro i micronutrients per ingesta oral.

Com que es tracta d'una dieta d'inici d'ingesta amb combinació amb SNG o PEG i de curta durada comportaria repercussions.

### **LÍQUIDS**

---

Sense restricció.

### **COMPOSICIÓ MITJANA NUTRICIONAL**

---

Energia	<b>450 kcal</b>
Hidrats de carboni	65%
Proteïnes	15%
Lípids	20%
Fibra	7gr

### **DISTRIBUCIÓ DIÀRIA FASE 1**

---

<b>Dinar</b>	Triturat de fàcil digestió ( volum 125 gr) Compota de fruita Aigua gelificada
<b>Berenar</b>	Aigua 1,5L ( per SNG)

---



## DISTRIBUCIÓ DIÀRIA FASE 2

---

<b>Esmorzar</b>	Papilla d'arròs (125 gr) Oigurt descremat natural Aigua gelificada
<b>Dinar</b>	Triturat de fàcil digestió ( volum 125 gr) Compota de fruites Aigua gelificada
<b>Berenar</b>	Aigua 1,5L ( per via enteral)

## DISTRIBUCIÓ DIÀRIA FASE 3

---

<b>Esmorzar</b>	Papilla d'arròs (125 gr) logurt descremat natural Aigua gelificada
<b>Dinar i sopar</b>	Triturat de fàcil digestió ( volum 125 gr) Compota de fruites Aigua gelificada
<b>Berenar</b>	Aigua 1,5L ( per via enteral)

## TÈCNIQUES CULINÀRIES

---

Coccions al vapor i bullit.

## VARIACIONS D'AQUESTA DIETA, ASSOCIACIÓ AMB ALTRES DIETES, CARACTERÍSTIQUES O TERÀPIES

---

Dieta Energètica progressiva  
Dieta Energètica progressiva Sense sal

## 2.17 Dieta **BAIX CONTINGUT BACTERIÀ**

Dieta normocalòrica un baix contingut microbià per prevenir les infeccions vehiculitzades pels aliments.

### **INDICACIONS**

Indicada per a pacients amb un nivell immunològic debilitat a causa d'un trasplantament d'òrgan de progenitors hematopoètics (TPH), tractaments del càncer, pacients neutropènics, etc.

### **SUPLEMENTS**

Aquesta dieta no ha de comportar cap dèficit nutricional ni a curt ni a llarg termini.

### **LÍQUIDS**

Sense restricció.

Es recomana 1,5 l/dia d'aigua, infusions o begudes recomanades .

### **COMPOSICIÓ MITJANA NUTRICIONAL**

Energia	<b>2000-2300 kcal</b>
Hidrats de carboni	50-60%
Proteïnes	10-15%
Lípids	30-35%
Fibra	>25gr

### **DISTRIBUCIÓ DIÀRIA**

<b>Esmorzar</b>	Tassa de llet descremada, café descafeïnat i sucre Panet 50gr, dos paquets de biscofes o galetes tipus maria Formatges descremats o margarina / mermelada
<b>Dinar i sopar</b>	Plat feculant ( pasta, arròs o ocasionalment llegum ) Plat de carn, peix, ou Guarnició de verdura cuita Panet 50 gr Fruita del temps permesa Oli d'oliva en amaniments
<b>Berenar</b>	Suc de fruites o compota Un paquet de galetes tipus maria
<b>Ressopó</b>	Opcional (A servir del stock de planta)

### **TÈCNiques CULINÀRIES**

Coccions al vapor, forn, planxa, estofats, fregits, etc.

Evitar coccions al microones, marinats, fumats, aliments crus, condiments crus i/o espècies (tipus all, julivert, menta, pebre...).

**VARIACIONS D'AQUESTA DIETA, ASSOCIACIÓ AMB ALTRES DIETES,  
CARACTERÍSTIQUES O TERÀPIES**

---

Baix contingut bacterià

Baix contingut bacterià Sense sal

## 2.18 Dieta **VEGETARIANA OVOLACTEA**

Dieta on s'exclou la carn, peix, marisc i derivats.

### **INDICACIONS**

Indicada per a pacients que per motius personals o culturals no mengen aquests aliments.

### **SUPLEMENTS**

Aquesta dieta pot comportar dèficits de ferro i algunes vitamines com la cobalamina (B12). S'avaluarà la necessitat de suplementos farmacològics de micronutrients en cas de prescripció perllongada d'aquesta dieta.

### **LÍQUIDS**

Sense restricció.

Es recomana 1,5 l/dia d'aigua, infusions o begudes recomanades.

### **COMPOSICIÓ MITJANA NUTRICIONAL**

Energia	<b>2000-2300 kcal</b>
Hidrats de carboni	50-60%
Proteïnes	10-15%
Lípids	30-35%
Fibra	>25gr

### **DISTRIBUCIÓ DIÀRIA**

Esmorzar	Beguda vegetal o llet descremada o iogurt Fruits secs Cafè descafeïnat Sucre o edulcorant Panet o 2 paquets de biscotes o galetes tipus maria Formatge descremat o margarina Peça de fruita
Dinar i sopar	Pasta, patata, arròs, quinoa Ous , llegums, verdures o formatge Guarnició verdura crua o cuita Panet 50g Fruita del temps o iogurt/ natilla/flam Oli d'oliva amanir
Berenar	Beguda vegetal o llet descremada o iogurt Fruits secs Cafè descafeïnat Sucre o edulcorant Peça de fruita.
Ressopo	Opcional segons estoc unitat

## **TÈCNIQUES CULINÀRIES**

---

Coccions al vapor, bullit, forn, planxa, estofats, fregits, etc. i tot tipus de condiments.

## **VARIACIONS D'AQUESTA DIETA, ASSOCIACIÓ AMB ALTRES DIETES, CARACTERÍSTIQUES O TERÀPIES**

---

Dieta Vegetariana ovolàctea

Dieta Vegetariana ovolàctea Sense sal

## 2.19 Dieta **ABSOLUTA**

Dieta sense ingesta d'aliments.

### **INDICACIONS**

---

Indicada per a pacients que no ingereixen cap aliment per via oral.

### **SUPLEMENTS**

---

Caldrà però que hi hagi reposició hidrosalina, per via endovenosa, o través d'una sonda d'alimentació, si fos possible.

### **LÍQUIDS**

---

-

### **COMPOSICIÓ MITJANA NUTRICIONAL**

---

Energia	-
Hidrats de carboni	-
Proteïnes	-
Lípids	-
Fibra soluble	-

### **DISTRIBUCIÓ DIÀRIA**

---

-

### **TÈCNIQUES CULINÀRIES**

---

-

## 2.20 Dieta D'INGRÉS

Aquesta dieta es pauta en cas que les unitats d'infermeria tinguin previst un ingrés a les unitats d'hospitalització però desconeixen la dieta del pacient. També pot ser utilitzada per a cobrir incidències o imprevistos en el moment del servei.

**Es demanarà la dieta d'ingrés com a previsió** per evitar que el pacient no es quedi sense àpat ni menjar.

**IMPORTANT:** és una dieta que no podrà estar pautaada en més d'un àpat, la qual cosa significa que obligatòriament el metge o servei d'infermeria hauran de modificar-la per a l'àpat següent, amb la dieta corresponent en cada cas.

### INDICACIONS

---

Indicada per a primera ingesta de pacients en l'ingrés hospitalari (sopar).

### SUPLEMENTS

---

-

### LÍQUIDS

---

Sense restricció.

### COMPOSICIÓ NUTRICIONAL DEL SOPAR

---

Energia	<b>840 kcal</b>
Hidrats de carboni	60%
Proteïnes	10%
Lípids	30%
Fibra	15gr

### DISTRIBUCIÓ DIÀRIA

---

Serà una dieta de fàcil digestió i sense sal, compatible amb totes les dietes. Per tant, serà una dieta suau i de cocccions senzilles. Sempre serà hiposòdica.

### DISTRIBUCIÓ DIÀRIA

---

Serà una dieta de fàcil digestió i sense sal, compatible amb totes les dietes. Per tant, serà una dieta suau i de cocccions senzilles. Sempre serà hiposòdica.

<b>Sopar</b>	Puré del dia de fàcil digestió Truita a la francesa Guarnició de pastanaga baby Pa de motlle sense sal Compota de fruites Oli d'oliva en amaniments
<b>Esmorzar</b>	<i>En el cas que al matí no tingui dieta assignada, es servirà:</i> Compota de fruites Pa de motlle sense sal Melmelada diabètica (2 unitats)

### TÈCNiques CULINÀRIES

---

Cocccions al vapor i bullit.

**VARIACIONS D'AQUESTA DIETA, ASSOCIACIÓ AMB ALTRES DIETES,  
CARACTERÍSTIQUES O TERÀPIES**

---

Dieta d'ingrés sense sal



## 2.21 Dieta SEMISÒLIDA PASTOSA

Dieta de consistència tova, sense líquids ni plats amb dobles textures. Consisteix en un primer plat triturat (puré de verdures, patata...) o de fàcil masticació sense líquids, i un segon plat de consistència tova sense dobles textures.

### INDICACIONS

---

Indicada per a pacients amb problemes de disfàgia.

### SUPLEMENTS

---

-

### LÍQUIDS

---

No porta líquids, la fórmula per a aconseguir hidratació serà amb una aigua gelificada o gelatina per àpat. Quan es vulguin aportar líquids, farà falta espessir-los amb un preparat farmacèutic tipus Clear®.

### COMPOSICIÓ MITJANA NUTRICIONAL

---

Energia	<b>2000 kcal</b>
Hidrats de carboni	50-60%
Proteïnes	10-15%
Lípids	30-35%
Fibra	>25gr

### DISTRIBUCIÓ DIÀRIA

---

Esmorzar	Farinetes de 8 cereals o xocolata
	Làctic o compota de fruites
	Gelatina o aigua gelificada
	2 cops per setmana
	Làctic+pa de motlle+margarina i melmelada + aigua gelificada o gelatina
Dinar i sopar	Puré de verdura, fècula o llegum
	Plat de carn, peix, ou
	Guarnició de verdura pamesa
	Làctic o compota de fruites
	Pa de motlle
	Gelatina o aigua gelificada
Berengar	Compota de fruites o iogurt
	Gelatina o aigua gelificada
Ressopó	Opcional (A servir del stock de planta)

### TÈCNIQUES CULINÀRIES

---

Coccions al vapor, forn, planxa, estofats, fregits, etc. i tot tipus de condiments.

## **OBSERVACIONS**

---

Amb la valoració prèvia de logopèdia i nutricionista, existeix la possibilitat de variant d'aquesta dieta:

- **NO PURÉS**  
Per a pacients amb disfàgia que no toleren els purés. Tots els plats seran de fàcil masticació sense líquids ni dobles textures.

\* En el cas de necessitar que la dieta també sigui Controlada en Hidrats de Carboni caldrà afegir com a característica *Sense glúcids*.

## **VARIACIONS D'AQUESTA DIETA, ASSOCIACIÓ AMB ALTRES DIETES, CARACTERÍSTIQUES O TERÀPIES**

---

Dieta Semisòlida Pastosa  
Dieta Semisòlida Pastosa Sense sal  
Dieta Semisòlida Rica en fibra Pastosa  
Dieta Semisòlida Rica en fibra Pastosa Sense sal  
Dieta Semisòlida Sense glúcids Pastosa  
Dieta Semisòlida Sense glúcids Pastosa Sense sal  
Dieta Semisòlida Sense residus Pastosa  
Dieta Semisòlida Sense residus Pastosa Sense sal

# 3 TEXTURES

La textura és la consistència que ha de tenir la dieta i que determinarà, tant l'elecció dels aliments/plats, com les tècniques culinàries que s'hauran d'emprar. **La textura no és un tipus de dieta sinó una característica física dels diferents tipus de dietes.**

Quan el malalt requereixi una textura de dieta determinada, aquesta s'haurà d'indicar. Si no s'indica res, la dieta contindrà aliments de qualsevol tipus de textura.

## **Exemple:**

- **Dieta:** Bàsica
- **Textura de la dieta:** Fàcil masticació

Totes les dietes poden incloure aliments de qualsevol textura, exceptuant les dietes de progressió (líquida, semi líquida, energètica progressiva i semi sòlida) on la textura de la dieta sí és una característica inherent al tipus de dieta.

Les possibles modificacions de la textura de la dieta són:

- Fàcil masticació
- Triturada
- Pastosa

## 3.1 Textura **FÀCIL MASTICACIÓ**

### **INDICACIONS**

---

Indicada per a pacients amb alteracions lleus en la masticació per edentulisme parcial o altres motius.

Pacients o situacions d'anorèxia i/o astènia.

### **TÈCNIQUES CULINÀRIES**

---

Els aliments i les cocccions emprades han de facilitar la masticació. Quan es vulgui combinar una dieta que contingui aliments de fàcil masticació amb segons plats triturats, s'haurà d'indicar a l'apartat d'observacions de dieta dels documents d'infermeria: "SEGONS PLATS TRITURATS".

## 3.2 Textura TRITURADA

### INDICACIONS

---

Indicada per a pacients amb dificultat en la masticació i/o disfàgia a sòlids però no a líquids, edentulisme total, inapetència, anorèxia i/o astènia.

### COMPOSICIÓ MITJANA NUTRICIONAL

---

Energia	<b>2000-2200 kcal</b>
Hidrats de carboni	50-60%
Proteïnes	10-15%
Lípids	30-35%
Fibra	>25gr

### DISTRIBUCIÓ DIÀRIA

---

<b>Esmorzar</b>	Farinetes de 8 cereals o xocolata
	Làctic o compota de fruites
<b>Dinar i sopar</b>	Puré de verdures, fècula i proteïna
	Làctic
	Compota de fruites o codony
<b>Berenar</b>	logurt o suc de fruites
<b>Ressopó</b>	Opcional (A servir del stock de planta)

### TÈCNIQUES CULINÀRIES

---

Els aliments i les coccions emprades han de possibilitar el triturat dels aliments. Es permeten els aliments líquids (de viscositat variable) i els sòlids triturats.

### 3.3 Textura **PASTOSA**

#### INDICACIONS

---

Indicat per a pacients que presenten disfàgia oro faríngia que toleren els líquids amb viscositat púding.

Inici d'alimentació oral post traqueotomia.

Pacients amb disminució del nivell de consciència.

#### COMPOSICIÓ MITJANA NUTRICIONAL

---

Energia	<b>2000-2200 kcal</b>
Hidrats de carboni	50-60%
Proteïnes	10-15%
Lípids	30-35%
Fibra	>25gr

#### DISTRIBUCIÓ DIÀRIA

---

<b>Esmorzar</b>	Farinetes de 8 cereals o xocolata
	Làctic o compota de fruites
	Gelatina o aigua gelificada
<b>Dinar i sopar</b>	Puré de verdures, fècula i proteïna
	Làctic
	Compota de fruites o codony
	Gelatina o aigua gelificada
<b>Berenar</b>	logurt o suc de fruites
	Gelatina o aigua gelificada
<b>Ressopó</b>	Opcional (A servir del stock de planta)

#### TÈCNIQUES CULINÀRIES

---

Per tal de garantir una deglució segura, els aliments i les coccions emprades han de facilitar que es pugui aconseguir una textura homogènia. Tots els aliments han de tenir la mateixa consistència (textura púding).

No porta líquids, la fórmula per a aconseguir hidratació serà amb una gelatina per àpat. Quan es vulguin aportar líquids, farà falta espessir-los amb un preparat farmacèutic (tipus Clear®).

## 3.4 Textura **LÍQUIDA REFORÇADA**

### INDICACIONS

---

Indicada per a pacients amb disfàgia que pot anar des de sòlids, semi sòlids o líquids, que pot venir causada per processos inflamatoris, tumorals, a conseqüència de tractaments aplicats, etc que ocasionen una zona de pas massa estreta i poden dificultar el pas d'aliments sòlids.

### SUPLEMENTS

---

Dieta que, en funció de la dilució i la ingesta, pot no cobrir les necessitats nutricionals d'energia, de macro i micronutrients per ingesta oral. Ja que al afegir més líquid de l'estrictament necessari en el triturat s'incrementa el seu volum i disminueix la seva concentració el nutrients.

### LÍQUIDS

---

Sense restricció.

### COMPOSICIÓ MITJANA NUTRICIONAL

---

Energia	<b>2000-2200 kcal</b>
Hidrats de carboni	50-60%
Proteïnes	10-15%
Lípids	30-35%
Fibra	>25gr

### DISTRIBUCIÓ DIÀRIA

---

<b>Esmorzar</b>	Farinetes de 8 cereals o xocolata
	Tassa de llet per adequar la textura
	Làctic o compota de fruites
<b>Dinar i sopar</b>	Puré de verdures, fècula i proteïna
	Brou per adequar la textura
	Làctic
	Compota de fruites
<b>Berenar</b>	Suc de fruita o làctic

### TÈCNIQUES CULINÀRIES

---

Els aliments i les cocccions emprades han de possibilitar el triturat dels aliments. Es permeten els aliments líquids (de viscositat variable) i els sòlids triturats.

## 4 CARACTERÍSTIQUES

Totes les dietes poden tenir alguna característica afegida, caldrà seleccionar-la en el programa Gacela.

- Hiposòdica (sense sal)
- Rica en fibra
- 1200 kcal
- Sense gluten
- Sense lactosa
- No carn
- Sense crus
- Sense glúcids
- Sense greixos saturats
- Sense ou
- +Complementada
- Etc



## 4.1 Característica **HIPOSÒDICA (SENSE SAL)**

Totes les contingudes en el manual de dietes poden tenir la característica "sense sal".

En aquest centre es realitza la restricció estàndard, ja que es cuina sense sal. En cas de que el pacient no requereixi aquesta dieta s'inclourà un sobre d'1 gram de sal a la safata perquè el pacient assaoni els plats al gust.

No obstant, si el pacient requereix una restricció més estricta s'hauria d'informar al Departament de Dietètica.

### **INDICACIONS**

---

Indicada per a pacients amb cardiopaties en general, afeccions renals, cirrosis hepàtica, HTA (moderada o no), etc.

### **TÈCNIQUES CULINÀRIES**

---

Coccions sense sal ni condiments salats (extractes, mostassa...).

## 4.2 Característica **RICA EN FIBRA**

Característica que fa que la dieta sigui rica en residus. Per aquesta raó és una dieta amb un elevat contingut de verdures, llegums i fruita.

Sempre afegeix una peça de fruita a l'esmorzar, una amanida juliana al dinar i al sopar i el pa és integral.

### **INDICACIONS**

---

Indicada per a pacients amb estrenyiment o dificultats per evacuar degut a factors genètics, falta de mobilitat o medicació.

### 4.3 Característica **SENSE GLUTEN**

Característica que fa la dieta exempta de gluten, proteïna que es troba els cereals com el blat, sègol, ordi, civada, espelta, kamut o les varietats híbrides que tinguin i productes derivats.

Només es poden incloure cereals com l'arròs, el blat de moro, el fajol o el mill i els derivats d'aquests.

#### **INDICACIONS**

---

Indicada a pacients amb intolerància al gluten, per evitar els símptomes relacionats amb el seu consum com diarrea, inflamació abdominal i malnutrició.

## 4.4 Característica **SENSE LACTOSA**

Característica que fa la dieta exempta de lactosa. Per aquest motiu, es substituirà la llet per llet sense lactosa i es retiraran de la dieta tots els aliments que puguin contenir lactosa.

Segons l'edat i el grau d'intolerància a la lactosa, la dieta pot ser deficient en calci, riboflavina (B2) i vitamina D. Malgrat tot, si el grau de deficiència de lactasa no és molt elevat o la durada no és llarga, no serà necessària la suplementació.

La relació d'aliments permesos i dels que s'han d'evitar estarà supeditada a la tolerància individual de cada pacient; ja que segons el seu grau, moltes vegades no serà necessari excloure la llet en la seva totalitat, o bé pot ésser substituïda, per formatge sec o semi sec, o bé per iogurt.

La dieta que es servirà, com a norma general, serà el més estricte possible. En cas que es vulgui provar algun dels aliments exclosos (iogurt, per exemple), caldrà comunicar-ho al Departament de Dietètica.

### **INDICACIONS**

---

Indicada en pacients adults amb intolerància a la lactosa o amb dèficit de lactasa.

## 4.5 Característica **NO PORC / NO CARN**

Característica que exclou de la dieta el porc, la carn i els derivats.

### **INDICACIONS**

---

Indicada per a pacients que per motius personals o culturals no mengen aquests aliments

## 4.6 Característica **+COMPLEMENTADA**

### INDICACIONS

---

- Persones amb disfàgia per a fer la transició abans d'iniciar dieta Semi sòlida Pastosa.
- Persones amb disfàgia cansades o amb baixa tolerància a la dieta Pastosa per afavorir la ingesta.
- Persones amb necessitat d'augment de requeriment proteic.
- Pacients amb suboclusió intestinal (amb disfàgia o sense) per provar tolerància a aliments sòlids abans de progressar de dieta..

### DESCRIPCIÓ

---

- Dieta pastosa (mantenint el triturat proteic) + la ració de fàcil masticació que hi hagi aquell dia segons menú.
- En les dobles racions, igualment es servirà el triturat proteic + el plat de fàcil masticació o dos Triturats
- Quan el pacient progressi de dieta, automàticament eliminarem aquesta observació.

### RELACIÓ D'ALIMENTS QUE INCLOU LA DIETA

---

Grup d'aliments	Permesos	Evitar
<b>Llet i làctics</b>	Formatge fresc Formatge semi	La resta
<b>Cereals i llegums</b>	Macarrons	La resta
<b>Proteics (Carn, peix, ous)</b>	Truita francesa Truita de patata (sense verdures) Gall d'indi, pernil cuit Filet de lluç	La resta
<b>Verdura</b>	Mongeta amb patata Verdura tricolor	La resta

# 5 AL·LÈRGIES ALIMENTÀRIES

Totes les contingudes en el manual de dietes s'adaptaran a les al·lèrgies que tingui el pacient (tot i que no estiguin codificades a Gacela/NutriScience com a tal).

## INDICACIONS

Pacients amb al·lèrgies a substàncies o productes que causen al·lèrgies i intoleràncies i la presència dels quals en els aliments s'ha de comunicar (annex II del Reglament 1169/2011):

1. Cereals que continguin gluten com blat, sègol, ordi, civada, espelta, kamut o les varietats híbrides que tinguin i productes derivats.
2. Crustacis i productes a base de crustacis.
3. Ous i productes a base d'ou.
4. Peix i productes a base de peix.
5. Cacaüets i productes a base de cacaüets.
6. Soja i productes a base de soja.
7. Llet i derivats (inclosa la lactosa).
8. Fruita seca de clofolla com ametlles, avellanes, nous, anacards, pacanes, nous del Brasil, festucs, macadàmies i nous.
9. Api i productes derivats.
10. Mostassa i productes derivats.
11. Grans de sèsam i productes a base de grans de sèsam.
12. Anhidrid sulfurós i sulfits en concentracions superiors a 10 mg/kg o 10 mg/L expressat com SO<sub>2</sub>.
13. Tramussos i productes a base de tramussos.
14. Mol·luscs i productes a base de mol·luscs.



<b>Cereals que continguin gluten</b>	<p>Inclou el blat, el sègol, l'ordi, la civada, l'espelta, el kamut o les varietats híbrides que tinguin i productes derivats.</p> <p>Es pot trobar en aliments que contenen farina, midons, pa, pasta, pa ratllat, galetes, pastisseria, salses, sopes, productes carnis, embotits, etc.</p> <p>Additius alimentaris que poden contenir gluten: Midons modificats E1400, E1401, E1402, E1403, E1404, E1405, E1410, E1412, E1414, E1420, E1440, E1442, E1450, E1451. E1200 polidextrosa. E306 Vitamina E. E621 Glutamat monosòdic.</p> <p>Altres fonts de gluten ocult poden ser: espessidors, estabilitzants, extracte de cereal, fècula vegetal, germen de cereals, proteïna vegetal.</p>
<b>Crustacis i productes a base de crustacis</b>	<p><b>Inclou, entre d'altres, les gambes, els escamarlans, els llagostins, els crancs, la llagosta, el llamàntol, etc.</b></p> <p><b>Es poden trobar a les sopes, salses, cremes...</b></p>
<b>Ous i productes a base d'ou</b>	<p><b>Inclou l'ou en totes les seves formes: ou sencer cuinat de totes les formes, clara d'ou, rovell d'ou, ou deshidratat, ou liofilitzat, ou en pols.</b></p> <p><b>Es pot trobar en aliments empanats o arrebossats, aliments industrials o precuinats, additius i espessants, olis reutilitzats, brous comercials, maionesa, Brioxeria comercial i casolana, pastisseria, galetes, magdalenes, dolços de pasta de full, empanades, cremes de pastisseria, caramels, tarrons, flams, gelats i merenga. Pasta alimentaria a l'ou, preparats comercials per nadons, alguns embotits, salsitxes i foie-gras que puguin contenir ou, surimi, etc.</b></p> <p><b>Additius: albúmina, coagulant, emulsificant, globulina, lecitina (a no ser que indiqui que és de soja), livetina, liozima, ovoalbúmina, ovomucina, ovomucoide, ovovitel·lina, vitel·lina, B-161b luteïna (pigment groc), E-322 (lecitina), E-1105 (lizoizima).</b></p>
<b>Peix i productes a base de peix</b>	<p><b>Inclou el peix i els seus derivats.</b></p> <p><b>Es pot trobar a les salses de peix, condiments preparats, brous, pastilles pel brou, barretes de marisc, olis de peix...</b></p>
<b>Cacauets i productes a base de cacauets</b>	<p><b>Inclou els cacauets i productes derivats: mantega de cacauet, oli de cacauet...</b></p> <p><b>Es poden trobar a les salses i als condiments preparats, galetes, xocolata...</b></p>
<b>Soja i productes a base de soja</b>	<p><b>Salsa de soja, aïllats de proteïna de soja, els concentrats de proteïna de soja i la lecitina de soja. Són derivats de la soja, el tofu i el miso.</b></p>



<p><b>Llet i derivats (inclosa la lactosa)</b></p>	<p>Llet de vaca i tots els derivats: iogurts, formatges, flams, natilles, quallada, mantega, nata, crema de llet, arròs amb llet, postres amb llet, llet condensada, gelats, salses (tipus beixamel, maioneses...), cremes, etc.</p> <p>Llet de cabra i ovella.</p> <p>Pastissos de pastisseria o industrials, brioixeria industrials o que contingui llet, pa de motlle, galetes que continguin llet o alguns cereals d'esmorzar.</p> <p>Vedella, embotits cuits, Frankfurt, conserves de carn tipus mandonguilles, hamburgueses, patés.</p> <p>Batuts i sucus que continguin llet, orxata, alguns caramels, xiclets, mantegues, margarines, algunes confitures.</p> <p>Brous fets amb ossos de vedella amb llet o productes làctics, cubs de brou de vedella, sopes de sobre deshidratades.</p> <p>Additius: H-4512 caseïnat de sodi, H-4511 caseïnat de calci, H-4513 caseïnat de potassi, caseïnat de magnesi, hidrolitzat proteic, caseïna, suero làctic, lactoalbúmina, lactoglobulina, lactosa, àcid làctic, etc.</p>
<p><b>Fruita seca de clofolla</b></p>	<p>Inclou Ametlles (<i>Amygdalus communis L.</i>), avellanes (<i>Corylus avellana</i>), nous (de nogal) (<i>Juglans regia</i>), anacards (<i>Anacardium occidentale</i>), pacanes [<i>Carya illinoensis</i> (Wangenh.) K. Koch], nogueres del Brasil (<i>Bertholletia excelsa</i>), festucs (<i>Pistacia vera</i>), macadàmies o nous d'Austràlia (<i>Macadamia spp</i>) i els productes derivats.</p> <p>Es pot trobar en bolleria comercial, galetes comercials, alguns cereals que continguin traces, pasta de full, torrons i bombons, crema de cacau, massapà, pasta d'ametlla, mantega de cacahuets, oli de girasol, altres olis de fruits secs, gelats amb traces de maní o cacauet, nou moscada, gelats de fruits secs, salses barbacoa, pesto, anglesa, i la resta d'aliments que puguin contenir fruits secs.</p> <p>Proteïna vegetal hidrolitzada, aliments ètnics que en continguin, productes emulsionats.</p>
<p><b>Api i productes derivats</b></p>	<p>Inclou tota la planta, les llavors i les arrels.</p> <p>Es pot trobar als condiments preparats, a les sopes, a les salses, a les amanides, en alguns productes càrnics...</p>
<p><b>Mostassa i productes derivats</b></p>	<p>Inclou tota la planta i les llavors.</p> <p>Es pot trobar als pans, als condiments preparats, a les salses, a les sopes, als productes càrnics, als productes marinars...</p>

<b>Grans de sèsam i productes a base de grans de sèsam</b>	Inclou a més dels grans, els brots de sèsam i les pastes de sèsam i l'oli de sèsam... Es pot trobar als pans, a les amanides, a les salses, a l'humus, barretes de cereals i llavors, pa d'hamburguesa, pa amb llavors, etc
<b>Anhídrid sulfurós i sulfits en concentracions superiors a 10 mg/kg/10 mg/L expressat com SO<sub>2</sub></b>	Es fan servir com a conservants als crustacis, a les fruites dessecades, als productes carnis, als refrescos, als vegetals, al vi, a la cervesa...
<b>Tramussos i productes a base de tramussos</b>	Inclou les llavors i la farina de tramussos. Es pot trobar en alguns pans, pastissos, pastes, farines...
<b>Mol·luscs i productes a base de mol·luscs</b>	Inclou entre d'altres musclos, cloïsses, ostres, etc. Es poden trobar en cremes, salses, plats preparats, etc.