



RESOLUCIÓN DIRECTORAL

San Martín de Porres, 14 de noviembre de 2019

Visto el expediente N°25902-2019, con el Informe N°901-2019-DND-HCH, del Departamento de Nutrición y Dietética, el Informe Técnico N°097-OGC-2019-HCH, de la Oficina de Gestión de la Calidad, respecto a la aprobación del Documento Técnico "Manual de Regímenes Dietoterapéuticos" del Departamento de Nutrición y Dietética, y;

CONSIDERANDO:

Que, mediante el Informe N°901-2019-DND-HCH, el Departamento de Nutrición y Dietética remite para revisión y aprobación el Documento Técnico: "Manual de Regímenes Dietoterapéuticos";

Que, con el Informe Técnico N°097-OGC-2019-HCH, del 6 de noviembre de 2018, la Oficina de Gestión de la Calidad, recomienda aprobar con Resolución Directoral el Documento Técnico "Manual de Regímenes Dietoterapéuticos" del Departamento de Nutrición y Dietética;

Que, la Norma Técnica de salud N°103-MINSA/DGSP de la Unidad Productora de Servicios de Salud de Nutrición y Dietética fue aprobada con la R.M. N°665-2013-MINSA;

Que, mediante Resolución Ministerial N°591-2008/MINSA, se aprobó la NTS N°071-MINSA/DIGESA-V.01 "Norma Sanitaria que establece los Criterios Microbiológicos de Calidad Sanitaria e Inocuidad para los Alimentos y Bebidas de Consumo Humano";

Que, mediante Resolución Ministerial N°850-2016-MINSA del 28 de octubre de 2016, se aprueba las "Normas para la elaboración de Documentos Normativos del Ministerio de Salud", estableciendo que la Norma Técnica de Salud (NTS), es el documento normativo de mayor jerarquía que emite el Ministerio de Salud y que regula los diferentes ámbitos de la Salud Pública, incluyendo la prevención, promoción, recuperación, rehabilitación y otros aspectos sanitarios en el marco de las funciones y competencias rectoras del MINSA.

Que, el Documento Técnico Manual: Regímenes Dietoterapéuticos tiene la finalidad de brindar una guía de la diversidad de Regímenes Dietoterapéuticos estandarizados, utilizados para la atención adecuada del paciente hospitalizado;

Estando a lo solicitado por la Jefa del Departamento de Nutrición y Dietética, el Informe Técnico de la Oficina de Gestión de la Calidad y lo opinado por la Oficina de Asesoría Jurídica con el Informe N°1200-2019-OAJ-HCH;

Con el visto de las Jefaturas del Departamento de Nutrición y Dietética, de las Oficinas de Gestión de la Calidad y Asesoría Jurídica, y;

De conformidad con las facultades previstas en el Reglamento de Organización y Funciones del Hospital Cayetano Heredia, aprobado por Resolución Ministerial N°216-2007/MINSA;



SE RESUELVE:

Artículo Primero.- APROBAR el Documento Técnico: **Manual de Regímenes Dietoterapéuticos** del Departamento de Nutrición y Dietética, del Hospital Cayetano Heredia, el cual se adjunta y forma parte de la presente resolución.

Artículo Segundo.- ENCARGAR al Departamento de Nutrición y Dietética, el seguimiento evaluación y ejecución del Manual, aprobado con la presente resolución.

Artículo Tercero.- DISPONER que la Oficina de Comunicaciones, efectúe la publicación de la presente Resolución Directoral, en el Portal de Transparencia estándar del Hospital Cayetano Heredia.

Regístrese, comuníquese y archívese.



MINISTERIO DE SALUD
HOSPITAL CAYETANO HEREDIA
Dra. AIDA CELIA PALACIOS RAMIREZ
DIRECTORA GENERAL
C.M.P. 23579 R.N.E. 9634

ACORDADO POR: 09/09/2019
DND/CCC DAL/2019

CERTIFICO:
ES COPIA FIEL DEL ORIGINAL
Al que remito para los fines pertinentes
14 NOV. 2019
Sr. Emiliano Eñás Suarez /
FEDATARIO
HOSPITAL CAYETANO HEREDIA

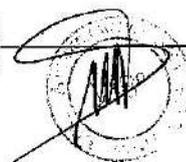
DOCUMENTO TÉCNICO: MANUAL DE RÉGIMENES DIETOTERAPÉUTICOS
HOSPITAL CAYETANO HEREDIA 2019

DOCUMENTO TÉCNICO: MANUAL DE RÉGIMENES DIETOTERAPÉUTICOS

Departamento de Nutrición y Dietética

Índice

	Pag.
I. Introducción	1
II. Finalidad	1
III. Objetivos	1
IV. Base legal	2
V. Ámbito de aplicación	2
VI. Contenido	3
6.1 Definiciones operacionales	3
6.2 Regímenes dietéticos	5
6.2.1 Régimen completo	5
6.2.2 Régimen Blando	6
6.2.3 Régimen Blando Severo	7
6.2.4 Régimen Hiposódico	8
6.2.5 Régimen Hipograso	9
6.2.6 Régimen Hipoglúcido	11
6.2.7 Régimen Renal	12
6.2.8 Régimen Hiperproteico	13
6.2.9 Régimen Hipoalergénico	14
6.2.10 Régimen Líquido Amplio	15
6.2.11 Régimen Líquido Restringido	16
VII. Responsabilidades	17
VIII. Anexos	18
Anexo n°1	18
Anexo n°2	21
Anexo n°3	23
Anexo n°4	26
Anexo n°5	28
Anexo n°6	31
Anexo n°7	34



DOCUMENTO TÉCNICO: MANUAL DE REGIMENES DIETOTERAPÉUTICOS - HCH

I. INTRODUCCIÓN

En el trabajo en equipo del tratamiento del paciente hospitalizado, está incluido el tratamiento nutricional, con la debida evaluación nutricional, tamizaje, prescripción del régimen nutricional de acuerdo a las patologías del paciente, teniendo en cuenta sus necesidades: calóricas, de macronutrientes, adecuando a su vez a la tolerancia orgánica del paciente, luego se monitorea el consumo y a su vez la evolución de la salud del paciente.

Por todos estos motivos el Departamento de Nutrición y Dietética del Hospital Cayetano Heredia, considerando las mejoras con criterio científico y responsable del manejo nutricional apropiado tiene a bien actualizar el MANUAL DE DIETAS a MANUAL DE REGIMENES DIETOTERAPÉUTICOS, que servirá de guía en la prescripción de los regímenes hospitalarios, asegurando el aporte adecuado de nutrientes y así lograr y/o mantener los objetivos nutricionales.

II. FINALIDAD

- ✓ Brindar una guía de la diversidad de regímenes dietoterapéuticos estandarizados, utilizados para la atención adecuada del paciente hospitalizado.

III. OBJETIVOS

Objetivo general

- ✓ Elaborar y ejecutar el manual de regímenes dietoterapéuticos estandarizados para mejorar el estado nutricional y complementar el tratamiento integral del paciente.

Objetivos específicos

- ✓ Estandarizar los regímenes dietoterapéuticos con el profesional de nutrición.
- ✓ Coordinar criterios con el equipo de salud con respecto al manejo nutricional del paciente.



- ✓ Mejorar la interacción entre los servicios del área clínica y Departamento de Nutrición para asegurar el cumplimiento de la prescripción dietética

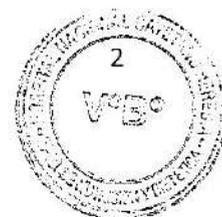
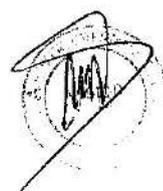
IV. BASE LEGAL

1. Ley N° 26842, Ley General de Salud.
2. Ley N° 27657, Ley del Ministerio de Salud.
3. Decreto Legislativo N° 1062, que aprueba la Ley de Inocuidad de los Alimentos.
4. Decreto Supremo N° 007-98-SA, que aprueba el Reglamento de Vigilancia y Control Sanitario de Alimentos y Bebidas.
5. Decreto Supremo N° 013-2002-SA, que aprueba el Reglamento de la Ley del Ministerio de Salud.
6. Decreto Supremo N° 023-2005-SA, que aprueba el Reglamento de Organización y Funciones del Ministerio de Salud y sus modificatorias.
7. Decreto Supremo N° 009-2006-SA, que aprueba el Reglamento de Alimentación infantil
8. Decreto Supremo N° 034-2008-AG, que aprueba el Reglamento de la Ley de Inocuidad de los Alimentos.
9. Resolución Ministerial N° 591-2008/MINSA, que aprueba la NTS N° 071-MINSA/DIGESA-V.01. "Norma Sanitaria que Establece los Criterios Microbiológicos de Calidad Sanitaria e Inocuidad para los Alimentos y Bebidas de Consumo Humano".

V. ÁMBITO DE APLICACIÓN

El ámbito de aplicación del presente manual de regímenes nutrióterapéuticos será en el Hospital Cayetano Heredia e incluye:

- ✓ Departamento de Medicina y sus diferentes servicios
- ✓ Departamento de Cirugía
- ✓ Departamento de Emergencia y Cuidados Críticos Adultos



- ✓ Departamento de Neonatología y Cuidados Críticos Neonatales
- ✓ Departamento de Pediatría y Cuidados Críticos Pediátricos
- ✓ Departamento de Ginecología y Obstetricia

VI. CONTENIDO

6.1 DEFINICIONES OPERACIONALES

Para el desarrollo del presente manual se han considerado las siguientes definiciones operacionales:

Alimento

Todo aquel producto o sustancia que, ingerido, aporta materias asimilables que cumplen una función nutritiva en el organismo.

Productos perecibles

Son los alimentos que se deterioran rápidamente por lo que requieren de un proceso especial de transporte, almacenamiento y/o conservación (congelamiento y refrigeración).

Productos no perecibles

Son los alimentos que no necesitan procesos especiales de congelamiento y refrigeración.

Consulta nutricional

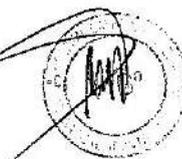
Es el proceso que incluye la evaluación, diagnóstico, elaboración de indicaciones nutricionales para personas sanas o enfermas, desarrollada por el profesional nutricionista colegiado y habilitado.

Dieta

Es el régimen, método o modelo alimenticio que ingiere diariamente la persona de acuerdo a variables como edad, sexo, actividad física y estado fisiológico.

Dietoterapia

Es la parte de la nutriología que se encarga del estudio de las modificaciones de la dieta con el objetivo de dar tratamiento especializado a personas con diferentes estados fisiológicos o patológicos.



Estado Nutricional

Es el resultado dinámico de la relación que existe entre los requerimientos calóricos proteicos diarios para vivir y cubrir las actividades cotidianas y los aportes provenientes de los alimentos en sus diferentes presentaciones. Se entiende por estado nutricional óptimo a la verificación de normalidad de los diferentes elementos constitutivos del organismo con los valores referenciales según grupo etario.

Indicaciones nutricionales

Son el conjunto de pautas que tienen como objetivo dar una respuesta oportuna a cada uno de los problemas identificados en el diagnóstico nutricional. Pueden ser de 4 tipos: recomendación nutricional, recomendación dietética, prescripción nutricional y prescripción dietoterapéutica.

Nutrición

Conjunto de procesos fisiológicos y bioquímicos que comprenden la digestión, absorción, metabolismo y excreción de las sustancias nutritivas y no nutritivas presentes en los alimentos.

Nutriente

Son estructuras químicas que necesitan las células para cumplir o realizar sus funciones vitales y cubren las necesidades fisiológicas de quienes las consumen.

Ración alimentaria

Es la cantidad de alimentos otorgada a una persona sana o enferma. La contabilidad de la ración se hará en función del suministro del alimento al paciente.

Unidad Productora de Servicios de Salud de Nutrición y Dietética

Es una de las Unidades Productoras de Servicios de Salud de Atención de Soporte, y es una unidad básica de la oferta de servicios de salud, constituida por el conjunto de recursos humanos, físicos, tecnológicos, organizados para desarrollar funciones homogéneas y producir determinados servicios de salud, en relación directa a la complejidad del establecimiento de salud.



ATENCIÓN NUTRICIONAL A PACIENTES HOSPITALIZADOS

En la atención nutricional se debe tener los aspectos siguientes:

- ✓ Valorar las necesidades del paciente en relación con su enfermedad.
- ✓ Organizar el cuidado nutricional.
- ✓ Poner en práctica el cuidado nutricional, lo que supone el aporte de nutrientes por vía oral, enteral o parenteral.
- ✓ Educar al paciente en aspectos de nutrición, relacionados con su enfermedad.
- ✓ Valorar la eficacia del tratamiento dietético.

La nutrición normal debe servir de base para las modificaciones terapéuticas de la dieta, motivo por el cual en este manual los temas se han organizado por tipo de dieta y sus componentes dietéticos.

La evaluación nutricional antecede a la indicación del tratamiento dietético en las distintas enfermedades. Por tanto, los temas sobre evaluación nutricional preceden, tanto a las secciones dedicadas al niño, como al adulto. En los anexos aparece el cálculo químico nutricional de macronutrientes de los regímenes hospitalarios ofrecidos a los pacientes según la patología.

6.2 REGIMENES DIETETICOS

6.2.1 REGIMEN COMPLETO (Anexo nº01)

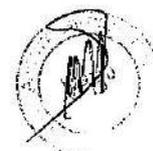
Definición

Es aquel régimen dietoterapéutico suficiente en calorías, para cubrir las necesidades energéticas del individuo, completo en su composición aportando los macronutrientes, proporcionalmente adecuada para cada paciente.

Objetivo del tratamiento

Mejorar el estado nutricional del paciente.

Aportar diariamente la cantidad de energía necesaria, con todos los componentes nutricionales recomendados.



Indicaciones

Se indica a todo pacientes hospitalizado que no tenga comprometido el tracto gastrointestinal, la función metabólica y un peso adecuado.

Valor Nutricional y Distribución de los macronutrientes

Kcal	Proteína %	Grasa %	Carbohidratos%
1800 - 2500	10 - 12	30	60

Alimentos permitidos

Productos lácteos y derivados, huevos, todo tipo de carne (pollo, res, pescados, etc.), verduras, frutas, menestras, cereales, tubérculos, grasas y azucares.

Alimentos no permitidos

Debe limitarse al consumo excesivo de grasas saturadas, alimentos altos en sodio y alimentos industrializados.

Planificación del Régimen:

DESAYUNO	Cereal o tubérculo, Lácteo 2 panes con entremés 1 fruta
ALMUERZO	Sopa de verduras Guiso de menestras, cereal y carne 1 fruta
CENA	Sopa de verduras Guiso de Res c/ tubérculo y cereal 1 fruta

6.2.2 REGIMEN BLANDO (Anexo n°02)

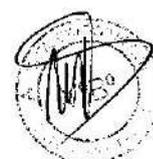
Definición

Es aquel régimen dietoterapéutico constituido por alimentos sólidos de fácil digestión y de escaso residuo.

Objetivo del tratamiento

Mejorar el estado nutricional del paciente.

Proveer alimentos y preparaciones de fácil digestión y de escaso residuo.



Indicaciones

Se indica en pacientes: post-operados con previa evolución del régimen blando severo, paciente con varices esofágicas en recuperación, paciente de la tercera edad.

Valor Nutricional y Distribución de los macronutrientes

Kcal	Proteína %	Grasa %	Carbohidratos%
1400 - 1800	10 - 12	30	60

Alimentos permitidos

Productos lácteos y derivados, cereales, tubérculos, huevos, carnes magras (sin tejido conectivo), pescado, verduras y frutas cocidas.

Alimentos no permitidos

Debe limitarse al consumo de carnes curadas, embutidos, cereales integrales, condimentos irritantes, vegetales crudos, vegetales flatulentos, menestras con cascara, frutas crudas y con cascara, frutas secas y frituras.

Planificación del Régimen

DESAYUNO	Cereal o Lácteo 1 pan suave 1 de yema con entremés 1 fruta cocida
ALMUERZO	Sopa de verduras Guiso de carnes con verduras y cereal 1 fruta cocida
CENA	Sopa de Cereales Guiso de carnes y cereal 1 fruta cocida

6.2.3 REGIMEN BLANDO SEVERO (Anexo n°03)

Definición

Es aquel régimen dietoterapéutico constituido por alimentos de fácil digestión de bajo contenido de excitantes gástricos.

Objetivo del tratamiento

Mejorar el estado nutricional del paciente.

Proveer alimentos de fácil digestión y escaso residuo.



Indicaciones

Se indica en pacientes con estenosis esofágica, pacientes Pre y Post-operados de tracto gastrointestinal, con trastornos en la motilidad intestinal, con enfermedades inflamatorias Intestinales.

Valor Nutricional y Distribución de los macronutrientes

Kcal	Proteína %	Grasa %	Carbohidratos%
1200 - 1600	10 - 12	30	60

Alimentos permitidos

Pollo, huevo, cereales y pastas refinadas, mermeladas, verduras cocidas y frutas cocidas.

Alimentos no permitidos

Debe limitar el consumo carnes no magras, embutidos, cereales integrales, vegetales crudos, vegetales flatulentos, menestras, frutas crudas y con cascaras, frutas secas y frituras.

Planificación del Régimen

DESAYUNO	cereal 2 panes suaves con claras de huevo
ALMUERZO	Sopa de verduras Puré de tubérculos con pollo picado y cereal Mazamorra de fruta
CENA	Sopa de cereal Puré de verduras con huevo tamizado con cereal Compota de fruta

6.2.4 REGIMEN HIPOSODICO (Anexo n°04)

Definición

Es aquel régimen dietoterapéutico con restricción de sodio, dependiendo directamente de la condición y evolución de la enfermedad.

Objetivos del Tratamiento

Mejorar el estado nutricional del paciente.

Prevenir y controlar la elevación de la presión sanguínea, así como edemas asociados a diferentes patologías.



Indicaciones

Se indica en pacientes con estenosis esofágica, pacientes Pre y Post-operados de tracto gastrointestinal, con trastornos en la motilidad intestinal, con enfermedades inflamatorias Intestinales.

Valor Nutricional y Distribución de los macronutrientes

Kcal	Proteína %	Grasa %	Carbohidratos%
1200 - 1600	10 - 12	30	60

Alimentos permitidos

Pollo, huevo, cereales y pastas refinadas, mermeladas, verduras cocidas y frutas cocidas.

Alimentos no permitidos

Debe limitar el consumo carnes no magras, embutidos, cereales integrales, vegetales crudos, vegetales flatulentos, menestras, frutas crudas y con cascaras, frutas secas y frituras.

Planificación del Régimen

DESAYUNO	cereal 2 panes suaves con claras de huevo
ALMUERZO	Sopa de verduras Puré de tubérculos con pollo picado y cereal Mazamorra de fruta
CENA	Sopa de cereal Puré de verduras con huevo tamizado con cereal Compota de fruta

6.2.4 REGIMEN HIPOSODICO (Anexo n°04)

Definición

Es aquel régimen dietoterapéutico con restricción de sodio, dependiendo directamente de la condición y evolución de la enfermedad.

Objetivos del Tratamiento

Mejorar el estado nutricional del paciente.

Prevenir y controlar la elevación de la presión sanguínea, así como edemas asociados a diferentes patologías.



Indicaciones

Se indica en pacientes con hipertensión arterial, cardiopatas, afecciones renales, pacientes con enfermedades hepáticas.

Valor Nutricional y Distribución de los macronutrientes

Kcal	Proteína %	Grasa %	Carbohidratos%
1700 - 2000	10 - 12	30	60

Alimentos permitidos

Alimentos con bajo contenido en sodio; lácteos, aceites, huevos, carnes blancas y pescados, cereales, mermeladas naturales, verduras, frutas frescas, grasas poliinsaturada

Alimentos no permitidos

Alimentos con alto contenido en sodio; carnes curadas, embutidos, productos industrializados, encurtidos, productos de pastelerías en exceso, margarinas y mantequilla con sal.

Planificación del Régimen

DESAYUNO	Cereal o Leche 2 panes de yema con claras de huevo
ALMUERZO	Sopa de verduras Guiso de pollo con tubérculo y cereal 1 fruta
CENA	Sopa de cereal Guiso de pavita con cereal Mazamorra de fruta

6.2.5 REGIMEN HIPOGRASO (Anexo n°05)

Definición

Régimen dietoterapéutico con un contenido de grasa menor al 20% del valor calórico total, la reducción de la grasa implica disminuir el consumo de grasas visibles como de las grasas incorporadas en los alimentos.



Objetivos del Tratamiento

Mejorar el estado nutricional del paciente.

Disminuir las contracciones de la vesícula biliar, evitando la dispepsia biliar.

Reducir el riesgo de aterosclerosis y las complicaciones propias de la enfermedad.

Indicaciones

Se indica en pacientes con litiasis vesicular, coledocolitiasis, colecistitis, pancreatitis, dispepsias gastrointestinales y algunos tipos de dislipidemias.

Valor Nutricional y Distribución de los macronutrientes

Kcal	Proteína %	Grasa %	Carbohidratos%
1500 - 1800	12 - 20	20	60

Alimentos permitidos

Lácteos y derivados descremados, pescados, carnes magras, huevo sólo clara, verduras, frutas, cereales integrales, tubérculos.

Alimentos no permitidos

Lácteos y derivados enteros, cordero, cerdo, embutidos, carnes enlatadas, vísceras, yema de huevo, pastas rellenas, frituras, exceso de grasas sobre todo las saturadas.

Los alimentos de origen vegetal como palta, aceituna, nueces, avellanas, según indicación del nutricionista.

Planificación del Régimen

DESAYUNO	Cereal 2 panes blando integral 1 fruta Clara de huevo
ALMUERZO	Sopa de verduras Guiso de pescado y cereal 1 fruta Ensalada de verduras
CENA	Sopa de Cereales Guiso de pavita y cereal 1 fruta



6.2.6 REGIMEN HIPOGLUCIDO (Anexo n°06)

Definición

Régimen dietoterapéutico de bajo índice glicémico, con predominio de carbohidratos complejos.

Objetivos del Tratamiento

Suministrar el aporte adecuado de nutrientes orientado al logro y/o mantenimiento de los objetivos nutricionales.

Proveer alimentos de bajo índice glicémico y alimentos ricos en fibra.

Indicaciones

Se indica en pacientes con diabetes mellitus no Insulinodependiente e insulinodependiente y pacientes con obesidad.

Valor Nutricional y Distribución de los macronutrientes

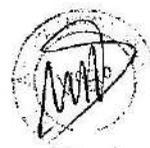
Kcal	Proteína %	Grasa %	Carbohidratos%	Fibra G.
1500 - 1800	15-20	30	50-55	25 - 30

Alimentos permitidos

- **Carbohidratos:** Más de 60% de absorción lenta (vegetales, menestras y cereales integrales) y menos del 40% de absorción rápida.
- **Proteínas:** Lácteos, pollo sin piel, carne de res magra, pescados y huevo.
- **Grasas:** Aceites con grasa poliinsaturados, palta, aceitunas y otros de origen vegetal.

Alimentos no permitidos

Productos de pastelería, carbohidratos simples (azúcares simples), frituras, frutas secas, embutidos.



Planificación del Régimen

DESAYUNO	cereal sin azúcar 1 pan integral 1 clara de huevo
ALMUERZO	Ensalada de Verduras Saltado de Verduras con Pollo y media ración de arroz 1 fruta
CENA	Ensalada de Verduras Saltado de verduras con pavita y papa 1 fruta

6.2.7 REGIMEN RENAL (Anexo nº7)

Definición

Régimen dietoterapéutico que controla el aporte de proteínas, sodio, fosforo, potasio; con un adecuado aporte de calorías y aminoácidos esenciales para cubrir los requerimientos del paciente con algún grado de deterioro renal.

Objetivos del Tratamiento

Mejorar el estado nutricional del paciente.

Proveer un aporte de calorías y un adecuado balance de micronutrientes para lograr los objetivos nutricionales del paciente renal.

Indicaciones

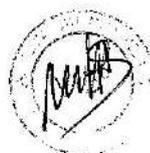
Se indica en pacientes con insuficiencia renal en todos los grados y complicaciones.

Valor Nutricional y Distribución de los macronutrientes

Kcal	Proteína %	Grasa %	Carbohidratos%
1800 - 2000	5 - 15	30	50 - 60

Alimentos permitidos

Carnes blancas, lácteos, huevo, cereales, frutas y verduras bajas en potasio.



Alimentos no permitidos

Debe limitarse el consumo de carnes rojas, menestras, frutos secos, alimentos industrializados y otros alimentos con alto contenido de sodio, potasio y fósforo.

Planificación del Régimen

DESAYUNO	Cereal con fruta 1 pan con mermelada natural 1 clara de huevo sancochado
ALMUERZO	Sopa de Verduras Pollo al horno con cereal y tubérculo 1 fruta al horno Bajo de sal
CENA	Suflé de verduras con cereal Pollo al horno c/ cereal y tubérculo Bajo de sal Mazamorra de fruta

6.2.8 REGIMEN HIPERPROTEÍCO

Definición

Es la condición agregada a cualquier régimen dietoterapéutico con un mayor aporte de proteínas de alto valor biológico, según su condición nutricional.

Objetivos del tratamiento

Mejorar el estado nutricional, preservar y/o recuperar la masa muscular del paciente, mejorar en la cicatrización de heridas.

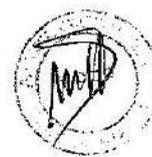
Proveer de aminoácidos al organismo para la síntesis más efectiva de sus propias proteínas.

Indicaciones

Se indica para todo paciente hospitalizado en estado de desnutrición proteica en cualquiera de sus grados, paciente post-operado de cirugía mayor, politraumatizado, neoplásico o hipercatabólico.

Valor Nutricional y Distribución de los macronutrientes

Kcal	Proteína %	Grasa %	Carbohidratos%
1800 - 2500	12 - 20	25 - 30	50 - 60



Alimentos permitidos

Alimentos que contengan proteína de alto valor biológico, como los productos lácteos y derivados, huevos, todo tipo de carne (pollo, res, pescados, etc.) y soya.

Alimentos no permitidos

Debe limitarse al consumo excesivo de azúcares simples, grasas saturadas.

Planificación del Régimen:

DESAYUNO	Cereal o Lácteo 2 panes con entremés 1 fruta huevo
ALMUERZO	Sopa de verduras Guiso de Verduras y cereal 1 fruta Lácteos
CENA	Sopa de Cereales Guiso de Res c/ cereal 1 fruta huevo

6.2.9 REGIMEN HIPOALERGENICO

Definición

Régimen dietoterapéutico que no incluyen alimentos o preparaciones, que podrían producir hipersensibilidad.

Objetivos del Tratamiento

Mejorar el estado nutricional del paciente.

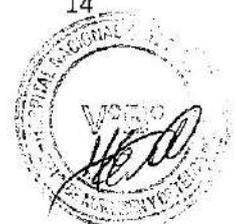
Evitar alimentos que exacerben el sistema inmunológico del paciente

Indicaciones

Se indica en pacientes con trastornos alérgicos (asma, rinitis alérgica, urticaria), así como pacientes en inicio de tratamiento antirretroviral.

Valor Nutricional y Distribución de los macronutrientes

Kcal	Proteína %	Grasa %	Carbohidratos%
1600 - 2000	10 - 12	25 - 30	55 - 60



Alimentos permitidos

Pollo, pavita, arroz, papa, yuca, camote, todas las frutas, a excepción de las cítricas.

Alimentos no permitidos

Pescados, mariscos, cerdo, productos industrializados, lácteos, huevos y/o productos que lo contengan.

Planificación del Régimen

DESAYUNO	cereal con fruta 2 panes francés con palta
ALMUERZO	Sopa de pollo Pollo a la plancha c/ cereal y tubérculo
CENA	Sopa de Sémola Pavita sancochada c/ cereal Mazamorra con fruta

6.2.10 REGIMEN LIQUIDO AMPLIO

Definición

Es aquel régimen dietoterapéutico que proporciona alimentos líquidos y semilíquidos a temperatura ambiente.

Objetivos del Tratamiento

Mejorar el estado nutricional del paciente.

Es utilizada para proveer nutrientes a pacientes con limitación al masticar, deglutir o digerir alimentos sólidos.

Indicaciones

Se indica en pacientes con dificultad de masticación, deglución, disfagia, con trastornos en la cavidad oral, con estenosis esofágica, post-quirúrgicos de cabeza y cuello.

Valor Nutricional y Distribución de los macronutrientes

Kcal	Proteína %	Grasa %	Carbohidratos %
800 - 1000	5	30	60



Alimentos permitidos

Gelatina, lácteos descremados, huevo, cereales refinados, frutas (mazamorra y jugos), verduras (sopas y cremas)

Alimentos no permitidos

Alimentos sólidos como cereales integrales, frutos secos, tostadas, galletas, pan, menestras,

Planificación del Régimen

DESAYUNO	Lácteo con cereal
MEDIA MAÑANA	Jugo de fruta
ALMUERZO	Sopa de verduras, gelatina
MEDIA TARDE	Mazamorra de frutas
CENA	Caldo de pollo, huevo, gelatina, infusión

6.2.11 REGIMEN LIQUIDO RESTRINGIDO

Definición

Régimen dietoterapéutico deficiente de energía y nutrientes, a base de líquidos con una cantidad mínima de residuos.

Objetivos del Tratamiento

Evaluar la tolerancia del tracto gastrointestinal y provocar una mínima estimulación del aparato digestivo

Indicaciones

Se indican en pacientes en fase de recuperación de procedimientos quirúrgicos gastrointestinales, con trastornos graves en la función gastrointestinal, pacientes en preparación de procedimientos exploratorios, o quirúrgicos.

Valor Nutricional y Distribución de los macronutrientes

Kcal	Proteína %	Grasa %	Carbohidratos%
200 - 400	1 - 2	1 - 2	80 - 90

Alimentos permitidos

Líquidos claros a temperatura ambiente como, infusión, gelatina, caldos colados, líquido de gobierno de frutas.



Alimentos no permitidos
Alimentos sólidos sin excepción.

Planificación del Régimen

DESAYUNO	Gelatina
MEDIA MAÑANA	Infusión
ALMUERZO	Caldo colado y gelatina
MEDIA TARDE	Infusión
CENA	Caldo colado y gelatina

VII. RESPONSABILIDADES

- La Jefa del Departamento de Nutrición y Dietética es la responsable de socializar el presente documento técnico "Manual de Régimen Dietoterapeúticos"
- La responsable de la Unidad Funcional de Tratamiento Dietético, supervisará el cumplimiento del presente documento técnico.
- Los Licenciados Nutricionistas de cada servicio de hospitalización serán los responsables de aplicar el presente documento técnico.



VIII. ANEXOS

Anexo n°01

Régimen Completo:

- **Desayuno**

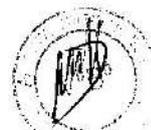
- Leche sola
- Pan c/ mermelada
- Pan c/ tortilla
- Jugo de fresa

Nombre del Alimento	Peso Neto	Energía kcal	Proteínas g	Grasa total g	Carbohidratos g
Leche en polvo entera	30	145.2	8.1	7.83	10.83
Azúcar rubia	15	57	0	0	14.58
Avena, hojuela cruda	15	48.8847	1.995	0.6	10.83
Pan francés	70	194.18	5.88	0.14	44.03
mermelada	10	229	4.8	0.02	19.25
Huevo de gallina P.C.	60	84.6	8.1	5.04	1.08
Fresa P.C.	40	16.4	0.28	0.32	3.56
TOTAL	240	775.2647	29.155	13.95	104.16

- **Almuerzo**

- Crema de verdura

Nombre del Alimento	Peso Neto	Energía kcal	Proteínas g	Grasa total g	Carbohidratos g
Apio sin hojas	8	1.68	0.056	0.016	0.384
Porro sin hojas	7	2.8	0.189	0.056	0.532
Zapallo macre P.C.	20	5.2	0.14	0.04	1.28
Nabo P.C.	8	1.28	0.048	0.016	0.288
Papa blanca	30	29.1	0.63	0.03	6.69
Leche evaporada entera	20	26.6	1.26	1.54	2.18
Margarina vegetal con sal	15	108	0.09	12.15	0.045
Trigo, harina fortificada con hierro de	15	53.04975	1.575	0.3	11.445
Zanahoria amarilla sin cáscara	10	4.1	0.06	0.05	0.92
TOTAL	133	231.80975	4.048	14.198	23.764



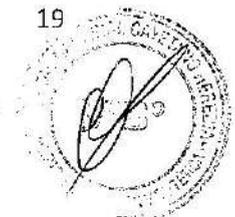
- Locro de Zapallo
- Fruta
- Refresco

Nombre del Alimento	Peso Neto	Energía kcal	Proteínas g	Grasa total g	Carbohidratos g
Zapallo macre	90	47.7	0.99	0.36	11.61
Aceite vegetal de maíz	12	106.08	0	12	0
Maiz, grano fresco (Choclo)	30	34.5444	0.99	0.24	8.34
Queso fresco de vaca	10	26.4	1.75	2.01	0.33
Papa blanca	50	48.5	1.05	0.05	11.15
Arveja, fresca sin vaina	10	10.6	0.71	0.06	1.88
Leche evaporada entera	10	13.3	0.63	0.77	1.09
Res, carne pulpa de	100	105	21.3	1.6	0
Cebolla chilena P.C.	18	4.68	0.144	0.018	1.062
Tomate P.C.	15	2.85	0.12	0.03	0.645
Zanahoria amarilla sin cáscara	10	4.1	0.06	0.05	0.92
Ajo sin cáscara	2	2.58	0.112	0.016	0.608
Arroz pilado o pulido cocido	100	114.837	2.4	0.1	25.2
Papaya P.C.	150	48	0.6	0.15	12.3
Melocotón-durazno-blanquillo p.c.	40	25.6	0.24	0.04	6.84
TOTAL	647	594.7714	31.096	17.494	81.975

• CENA

- Sopa a la Reyna

Nombre del Alimento	Peso Neto	Energía kcal	Proteínas g	Grasa total g	Carbohidratos g
Apio sin hojas	10	2.1	0.07	0.02	0.48
Poro sin hojas	10	4	0.27	0.08	0.76
Zapallo macre P.C.	20	5.2	0.14	0.04	1.28
Nabo P.C.	10	1.6	0.06	0.02	0.36
Zanahoria amarilla sin cáscara	10	4.1	0.06	0.05	0.92
Fideo crudo fortificado con hierro	20	67.48	1.88	0.04	15.54
Pan francés	5	13.87	0.42	0.01	3.145
Res, carne pulpa de	15	15.75	3.195	0.24	0
TOTAL	100	114.1	6.095	0.5	22.485



Escabeche de pollo con Arroz

Nombre del Alimento	Peso Neto	Energía kcal	Proteínas g	Grasa total g	Carbohidratos g
Pollo, carne pulpa	160	190.4	34.224	4.928	0
Cebolla de cabeza P.C.	18	8.82	0.252	0.036	2.034
Ajo sin cáscara	2	2.58	0.112	0.016	0.608
Arroz blanco corriente	60	215.0826	4.68	0.42	46.56
Papa blanca	40	38.8	0.84	0.04	8.92
Aceite vegetal de maíz	10	88.4	0	10	0
Ají panca P.C.	2	5.84	0.14	0.156	1.17
Azúcar rubia	10	38	0	0	9.72
Pera nacional P.C.	44	24.2	0.176	0.088	6.38
TOTAL	346	612.1226	40.424	15.684	75.392

	Energía kcal	Proteínas g	Grasa total g	Carbohidratos g
APORTE TOTAL DE REGIMEN COMPLETO	2308	110.8	61.8	307.7



Anexo n°02

Régimen Blando

• **Desayuno**

- Avena
- Pan con mermelada
- Pan

Nombre del Alimento	Peso Neto	Energía kcal	Proteínas g	Grasa g	Carbohidratos g
Azúcar	6	23.04	0	0	4.96
Avena	10	34.7	1.9	0.4	7.2
Pan de yema	80	199.2	6.72	0.16	51.04
mermelada	10	14.3	0	0.02	7.32
Total	106	271.24	8.62	0.58	70.52

• **Almuerzo**

- Sopa Carbonada

Nombre del Alimento	Peso Neto	Energía kcal	Proteínas g	Grasa g	Carbohidratos g
Apio	10	1.57	0.05	0.01	0.36
Porro	10	1.32	0.09	0.02	0.25
Zapallo macre	20	1.3	0.04	0.01	0.32
nabó	10	0.8	0.03	0.01	0.18
Zanahoria	10	3.05	0.03	0.03	0.46
Fideos	10	36	0.88	0.04	15.64
Pollo	15	25.5	2.73	1.53	0
Total	85	69.54	3.85	1.65	17.21

- Ajiaco de papa con pollo al jugo
- Arroz
- Fruta

Nombre del Alimento	Peso Neto	Energía kcal	Proteínas g	Grasa g	Carbohidratos g
Papa	100	83.42	1.8	0.08	19.17
Carne de Pollo (presa)	160	190.4	34.22	4.92	0
Arroz	80	91.86	1.92	0.08	20.16
Ajos	2	2.47	0.1	0.01	0.58
Leche Evaporada	10	14.3	0.7	0.31	0
Aceite vegetal	20	176.2	0	20	0
Granadilla	100	80	2.2	2	15.6
Total	472	638.65	40.94	27.9	55.51



- **Cena**

- Crema de poro

Nombre del Alimento	Peso Neto	Energía kcal	Proteínas g	Grasa g	Carbohidratos g
Poro	50	7.85	0.25	0.05	1.8
Papa	20	16.68	0.36	0.01	3.83
Leche evaporada	10	14.3	0.7	0.81	0
Harina de Trigo	20	71.8	2.08	0.4	14.96
Margarina vegetal	10	72	0.02	4.02	0
Total	110	182.63	3.41	5.29	20.59

- Carne a la olla con arroz
- Mazamorra de manzana

Nombre del Alimento	Peso Neto	Energía kcal	Proteínas g	Grasa g	Carbohidratos g
Carne de vacuno pulpa	120	125.67	25.56	1.9	0
Cebolla de cabeza	10	4.55	0.13	0.01	1.05
Arveja	20	17.8	0.59	0.05	1.57
Tomate	10	1.88	0.07	0.01	0.42
Ajos	2	2.47	0.1	0.01	0.53
Aceite vegetal	12	106.08	0	10	0
Arroz	80	91.86	1.92	0.08	20.16
Manzana	150	83.16	0.46	0.15	22.48
Maicena	15	54	0.03	0.007	13.69
Azúcar	10	38.4	0	0	9.92
Total	429	525.87	28.86	12.217	69.87

	Energía kcal	Proteínas g	Grasa total g	Carbohidratos g
APORTE TOTAL DE REGIMEN BLANDO	1687.93	85.68	47.637	233.7



Anexo n°03

Régimen Blando Severo

• **Desayuno**

- Avena
- Panes c/ mermelada

Nombre del Alimento	Peso Neto	Energía kcal	Proteínas g	Grasa total g	Carbohidratos g
Avena, hojuela cocida	15	8.03865	0.195	0.075	1.635
Pan de labranza	80	262.64	7.68	0.24	57.44
Mantequilla	10	72.9	0.2	8.2	0
Azúcar rubia	5	19	0	0	4.86
Mermelada frutilla	10	22.9	0.04	0.02	5.94
TOTAL	120	385.478	8.115	8.535	69.875

• **Almuerzo**

- Sopa de Verduras

Nombre del Alimento	Peso Neto	Energía kcal	Proteínas g	Grasa total g	Carbohidratos g
Apio sin hojas	10	2.1	0.07	0.02	0.48
Poro sin hojas	8	3.2	0.216	0.064	0.608
Fideo crudo fortificado con hierro	10	33.74	0.94	0.02	7.77
Zapallo macre P.C.	20	5.2	0.14	0.04	1.28
Nabo P.C.	9	1.44	0.054	0.018	0.324
Pollo, carne pulpa	30	35.7	6.417	0.924	0
Zanahoria amarilla sin cáscara	12	4.92	0.072	0.06	1.104
TOTAL	99	86.3	7.909	1.146	11.566

- Enrollado de Pollo
- Arroz

Nombre del Alimento	Peso Neto	Energía kcal	Proteínas g	Grasa total g	Carbohidratos g
Papa amarilla sin cáscara	86	88.58	1.72	0.344	20.038
Pollo, carne pulpa	100	119	21.39	3.08	0
Zanahoria amarilla sin cáscara	9	3.69	0.054	0.045	0.828
Vainitas P.C.	10	3.7	0.24	0.03	0.81



Aceite vegetal de maíz	5	44.2	0	5	0
Arroz pilado o pulido cocido	60	68.9022	1.44	0.06	15.12
Margarina vegetal con sal	10	72	0.06	8.1	0.03
Ajo sin cáscara	2	2.58	0.112	0.016	0.608
Melocotón-Durazno- Blanquillo P.C.	180	115.2	1.08	0.18	30.78
Azúcar rubia	10	38	0	0	9.72
TOTAL		555.852	26.096	16.855	77.934

- **Cena**

- Sopa de Pastina

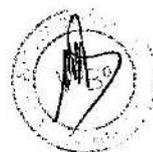
Nombre del Alimento	Peso Neto	Energía kcal	Proteínas g	Grasa total g	Carbohidratos g
Apio sin hojas	8	1.68	0.056	0.016	0.384
Porro sin hojas	7	2.8	0.189	0.056	0.532
Zapallo macre P.C.	20	5.2	0.14	0.04	1.28
Nabo P.C.	8	1.28	0.048	0.016	0.288
Zanahoria amarilla sin cáscara	10	4.11	0.06	0.05	0.92
Fideo crudo fortificado con hierro	10	33.74	0.94	0.02	7.77
Papa amarilla sin cáscara	17	17.51	0.34	0.068	3.961
Pollo, carne pulpa	30	35.7	6.417	0.924	0
TOTAL	110	102.01	8.19	1.19	15.135

- Pavita en salsa italiana
- Arroz

Nombre del Alimento	Peso Neto	Energía kcal	Proteínas g	Grasa total g	Carbohidratos g
Pavo, carne de	100	160	20.42	8.02	0
Cebolla de cabeza P.C.	9	4.41	0.126	0.018	1.017
Tomate P.C.	10	1.9	0.08	0.02	0.43
Ajo sin cáscara	2	2.58	0.112	0.016	0.608
Arroz pilado o pulido cocido	50	57.4185	1.2	0.05	12.6
Papa amarilla sin cáscara	60	61.8	1.2	0.24	13.98
Aceite vegetal de maíz	10	88.4	0	10	0
TOTAL	241	376.5085	23.138	18.364	28.635



	Energía kcal	Proteínas g	Grasa total g	Carbohidratos g
APOORTE TOTAL DE REGIMEN BLANDO SERVERO	1506.15	73.448	46.09	203.145



Anexo n°4

Régimen Hiposódico

• Desayuno

- Leche sola c/avena
- Pan c/ mermelada natural
- Pan c/ queso sin sal
- Jugo de papaya

Nombre del Alimento	Peso Neto	Energía kcal	Proteínas g	Grasa g	Carbohidratos g
Azúcar rubia	10	38	0	0	9.72
Avena, hojuela cruda	15	48.8847	1.995	0.6	10.83
Manzana nacional P.C.	50	27	0.15	0.05	7.3
Pan francés	80	221.92	6.72	0.16	50.32
Mermelada de durazno	5	9.8	0.03	0.005	2.535
Queso fresco de vaca	40	105.6	7	8.04	1.32
Papaya P.C.	100	32	0.4	0.1	8.2
TOTAL	330	508.959	17.135	9.345	95.115

• Almuerzo

- Sopa de verduras sin sal
- Pollo enrollado
- Arroz sin sal
- Fruta
- Infusión de anís

Nombre del Alimento	Peso Neto	Energía kcal	Proteínas g	Grasa g	Carbohidratos g
Apio sin hojas	10	2.1	0.07	0.02	0.48
Poro sin hojas	10	4	0.27	0.08	0.76
Fideo crudo fortificado con hierro	20	67.48	1.88	0.04	15.54
Zapallo macre P.C.	20	5.2	0.14	0.04	1.28
Nabo P.C.	10	1.6	0.06	0.02	0.36
Res, carne pulpa de	15	15.75	3.195	0.24	0
Zanahoria amarilla sin cáscara	20	8.2	0.12	0.1	1.84
Papa blanca	100	97	2.1	0.1	22.3
Ajo sin cáscara	2	2.58	0.112	0.016	0.608
Pollo, carne pulpa	160	190.4	34.224	4.928	0
Arveja, fresca sin vaina	10	10.6	0.71	0.06	1.88
Arroz blanco corriente	80	286.7768	6.24	0.56	62.08
Aceite vegetal de maíz	10	88.4	0	10	0



Azúcar granulada o refinada	5	19.2	0	0	4.96
Mandarina P.C.	180	63	1.08	0.54	15.48
TOTAL	655	862.2868	50.201	16.744	127.568

• **Cena**

- Sopa de pollo sin sal
- Carne asada
- Arroz sin sal

Nombre del Alimento	Peso Neto	Energía kcal	Proteínas g	Grasa g	Carbohidratos g
Apio sin hojas	10	2.1	0.07	0.02	0.48
Porro sin hojas	10	4	0.27	0.08	0.76
Fideo crudo fortificado con hierro	10	33.74	0.94	0.02	7.77
Zapallo macre P.C.	20	5.2	0.14	0.04	1.28
Nabo P.C.	10	1.6	0.06	0.02	0.36
Zanahoria amarilla sin cáscara	20	8.2	0.12	0.1	1.84
Pollo, carne pulpa	30	35.7	6.417	0.924	0
Acelga, hojas de (Sin tallo)	10	2.7	0.22	0.03	0.53
Pavo, carne de	100	160	20.42	8.02	0
Cebolla blanca P.C.	10	3.2	0.09	0.01	0.74
Papa blanca	40	38.8	0.84	0.04	8.92
Tomate P.C.	10	1.9	0.08	0.02	0.43
Aceite vegetal de maíz	15	132.6	0	15	0
Arroz blanco corriente	60	215.082	4.68	0.42	46.56
Pera nacional P.C.	180	99	0.72	0.36	26.1
Azúcar rubia	5	19	0	0	4.86
TOTAL	540	644.822	34.347	24.744	69.67

	Energía kcal	Proteínas g	Grasa total g	Carbohidratos g
APORTE TOTAL DE REGIMEN HIPOSODICO	2016.0678	101.683	50.833	292.353



Anexo n°5

Régimen Hipograso

• **Desayuno**

- Leche c/ avena
- Pan c/ mermelada
- Manzana

Nombre del Alimento	Peso Neto	Energía kcal	Proteínas g	Grasa total g	Carbohidratos g
Leche evaporada entera	80	63.2	5.68	0.72	8.4
Avena, hojuela cocida	10	5.3591	0.13	0.05	1.09
Pan francés	80	221.92	6.72	0.16	50.32
Manzana nacional P.C.	90	48.6	0.27	0.09	13.14
Azúcar rubia	10	38	0	0	9.72
Mermelada frutilla	10	22.9	0.04	0.02	5.94
TOTAL	280	399.9791	12.84	1.04	88.61

• **Almuerzo**

- Sopa pastina
- Pollo a la primavera.
- Arroz

Nombre del Alimento	Peso Neto	Energía kcal	Proteínas g	Grasa total g	Carbohidratos g
Apio sin hojas	10	2.1	0.07	0.02	0.48
Porro sin hojas	10	4	0.27	0.08	0.76
Fideo crudo fortificado con hierro	15	50.61	1.41	0.03	11.655
Zapallo macre P.C.	20	5.2	0.14	0.04	1.28
Nabo P.C.	10	1.6	0.06	0.02	0.36
Pollo, carne pulpa	130	154.7	27.807	4.004	0
Aceite vegetal de maíz	10	88.4	0	10	0
Zanahoria amarilla sin cáscara	10	4.1	0.06	0.05	0.92
Arroz pilado o pulido cocido	120	137.8044	2.88	0.12	30.24
Vainitas P.C.	50	18.5	1.2	0.15	4.05
Zanahoria amarilla sin cáscara	50	20.5	0.3	0.25	4.6
TOTAL		487.5144	34.197	14.764	54.345



- Coctel de papaya

Nombre del Alimento	Peso Neto	Energía kcal	Proteínas g	Grasa total g	Carbohidratos g
Azúcar granulada o refinada	10	38.4	0	0	9.92
Maíz, maicena	10	36.2648	0.026	0.005	9.128
Papaya P.C.	50	16	0.2	0.05	4.1
TOTAL	70	90.6648	0.226	0.055	23.148

- **Cena**

- Sopa de pavita
- Pollo al orégano
- Arroz

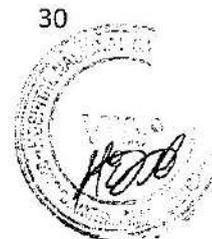
Nombre del Alimento	Peso Neto	Energía kcal	Proteínas g	Grasa total g	Carbohidratos g
Porro sin hojas	20	8	0.54	0.16	1.52
Nabo P.C.	10	1.6	0.06	0.02	0.36
Zapallo macre P.C.	20	5.2	0.14	0.04	1.28
Apio sin hojas	10	2.1	0.07	0.02	0.48
Aceite vegetal de maíz	10	88.4	0	10	0
Zanahoria amarilla sin cáscara	80	32.8	0.48	0.4	7.36
Pavo, carne de	130	208	26.546	10.426	0
Arroz pilado o pulido cocido	120	137.8044	2.88	0.12	30.24
Ajo sin cáscara	5	6.45	0.28	0.04	1.52
Pollo, carne pulpa	30	35.7	6.417	0.924	0
TOTAL	435	526.0544	37.413	22.15	42.76

- Compota de frutas

Nombre del Alimento	Peso Neto	Energía kcal	Proteínas g	Grasa total g	Carbohidratos g
Papaya P.C.	40	12.8	0.16	0.04	3.28
Piña P.C.	40	15.2	0.16	0.08	3.92
Azúcar granulada o refinada	10	38.4	0	0	9.92
Maíz, maicena	10	36.26483	0.026	0.005	9.128
TOTAL	100	102.66483	0.346	0.125	26.248



	Energía kcal	Proteínas g	Grasa total g	Carbohidratos g
APORTE TOTAL DE REGIMEN HIPOSGRASO	1606.88	85.022	38.134	235.111



Anexo n°6

Régimen Hipoglucido

• Desayuno

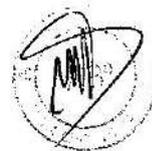
- Leche, avena con membrillo
- Pan c/ palta
- Huevo duro
- Jugo de Papaya

Nombre del Alimento	Peso Neto	Energía kcal	Proteínas g	Grasa g	Carbohidratos g	Fibra dietaria g
Leche evaporada descremada	100	79	7.1	9	10.5	0
Avena, hojuela cruda	15	8	0.19	0.07	1.63	3.18
Membrillo P.C.	40	17.2	0.12	0.04	4.6	0.76
Pan francés	40	111	3.36	0.08	25.16	0.96
Palta P.C.	30	39.3	0.51	3.75	1.68	2.01
Huevo de gallina, duro	55	78	7.09	4.62	0.76	0
Papaya P.C.	120	39	0.48	0.12	9.84	2.16
TOTAL	400	372	19	17.6	53	8.

• Almuerzo

- Sopa de quinua

Nombre del Alimento	Peso Neto	Energía kcal	Proteínas g	Grasa g	Carbohidratos g	Fibra dietaria g
Apio sin hojas	15	3,15	0,105	0,03	0,72	0,24
Porro sin hojas	15	6	0,405	0,12	1,14	0,27
Quinua	20	68,5508	2,72	1,16	13,32	1,18
Zapallo macre P.C.	17	4,368	0,1176	0,0336	1,0752	0
Nabo P.C.	10	1,6	0,06	0,02	0,36	0,18
Brocoli P.C.	20	8	0,98	0,18	1,14	0,52
Zanahoria amarilla sin cáscara	10	4,1	0,06	0,05	0,92	0,28
TOTAL	107	97	4.44	1.59	18.67	2.67



- Locro de zapallo c/ Pollo
- Arroz
- Ensalada mixta

Nombre del Alimento	Peso Neto	Energía kcal	Proteínas g	Grasa g	Carbohidratos g	Fibra dietaria g
Pollo, carne pulpa	160	190	34.2	4.9	0	0
Zapallo macre P.C.	120	31,2	0,84	0,24	7,68	0
Arveja, fresca sin vaina	20	22	1,42	0,12	3,76	1,02
Leche evaporada descremada	10	7,9	0,71	0,09	1,05	0
Cebolla blanca P.C.	10	2,976	0,0837	0,0093	0,6882	0,1302
Tomate P.C.	10	1,9	0,08	0,02	0,43	0,12
Chulcos, ajos silvestres (hortaliza)		1,7664	0,03456	0,0096	0,4512	0
Aceite vegetal de olivo	20	176,8	0	20	0	0
Arroz blanco corriente	80	92	1.92	0,08	20.16	0
Pepinillo sin cáscara	20	2,2	0,1	0,02	0,52	0,14
Caigua P.C.	20	3	0,1	0,04	0,66	0
Pimiento P.C.	20	7	0,3	0,1	1,54	0,4
Tomate P.C.	20	3,8	0,16	0,04	0,86	0,24
Limón, jugo de	5	1,5	0,025	0,01	0,485	0,02
TOTAL	457	544	35	25	38.03	2.07

• **Cena**

- Sopa de quinua

Nombre del Alimento	Peso Neto	Energía kcal	Proteínas g	Grasa g	Carbohidratos g	Fibra dietaria g
Apio sin hojas	10	2,1	0,07	0,02	0,48	0,16
Poro sin hojas	10	4	0,27	0,08	0,76	0,18
Zanahoria amarilla sin cáscara	10	4,1	0,06	0,05	0,92	0,28
Zapallo macre P.C.	20	5,2	0,14	0,04	1,28	0
Quinua	20	68,5508	2,72	1,16	13,32	1,18
TOTAL	70	84	3.26	1.35	16.76	1.8



- Olluquito de res
- Arroz

Nombre del Alimento	Peso Neto	Energía kcal	Proteínas g	Grasa g	Carbohidratos g	Fibra dietaria g
Olluco sin cáscara	200	124	2.2	0.2	28.6	0
Res, carne pulpa de	100	105	21.3	1.6	0	0
Cebolla blanca P.C.	9,3	2,976	0,0837	0,0093	0,6882	0,1302
Tomate P.C.	9,9	1,881	0,0792	0,0198	0,4257	0,1188
Chulcos, ajos silvestres (hortaliza)	2	1,7664	0,03456	0,0096	0,4512	0
Aceite vegetal de olivo	10	88,4	0	10	0	0
Arroz blanco corriente	80	92	1.92	0,08	20.13	0
TOTAL	411	420	25.62	12	51	0.24

	Energía kcal	Proteínas g	Grasa total g	Carbohidratos g
APORTE TOTAL DE REGIMEN HIPOGLUCIDO	1517	87.32	57.54	177.46



Anexo n°7

Régimen Renal

• Desayuno

- Leche c/ avena y fruta cocida
- Pan c/ mermelada natural
- Pan c/ Queso
- Jugo de pera cocida

Nombre del Alimento	Peso Neto	Energía kcal	Proteínas g	Grasa total g	Carbohidratos g
Leche evaporada descremada	80	63.2	5.68	0.72	8.4
Azúcar rubia	10	38	0	0	9.72
Avena, hojuela cruda	10	32.5898	1.33	0.4	7.22
Azúcar rubia	5	19	0	0	4.86
Piña P.C.	40	15.2	0.16	0.08	3.92
Pan francés	80	221.92	6.72	0.16	50.32
Mermelada de durazno	5	9.8	0.03	0.005	2.535
Queso fresco de vaca	40	105.6	7	8.04	1.32
Pera nacional P.C.	68	37.4	0.272	0.136	9.86
Azúcar rubia	10	38	0	0	9.72
TOTAL	348	580.7098	21.192	9.541	107.875

• Almuerzo

- Sopa de verduras sin sal
- Pollo enrollado
- Arroz sin sal
- Fruta cocida
- Infusión de anís

Nombre del Alimento	Peso Neto	Energía kcal	Proteínas g	Grasa total g	Carbohidratos g
Apio sin hojas	10	2.1	0.07	0.02	0.48
Porro sin hojas	7	2.8	0.189	0.056	0.532
Fideo crudo fortificado con hierro	20	67.48	1.88	0.04	15.54
Zapallo macre P.C.	20	5.2	0.14	0.04	1.28
Pimiento P.C.	10	3.5	0.15	0.05	0.77
Pollo, carne pulpa	30	35.7	6.417	0.924	0
Papa blanca	17.2	16.684	0.3612	0.0172	3.8356

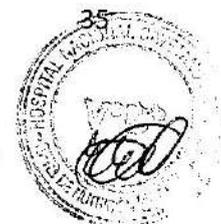


Esparragos P.C.	8.7	2.001	0.1914	0.0174	0.4002
Pollo, carne pulpa	162.6	193.494	34.78014	5.00808	0
Ajo sin cáscara	1.92	2.4768	0.10752	0.01536	0.58368
Arroz pilado o pulido cocido	100	114.837	2.4	0.1	25.2
Pimiento P.C.	8.7	3.045	0.1305	0.0435	0.6699
Papa blanca	60	58.2	1.26	0.06	13.38
Vainitas P.C.	9.1	3.367	0.2184	0.0273	0.7371
Aceite vegetal de maíz	20	176.8	0	20	0
Melocotón-Durazno-Blanquillo P.C.	103.5	66.24	0.621	0.1035	17.6985
Azúcar rubia	5	19	0	0	4.86
TOTAL	593.72	772.9248	48.91616	26.52234	85.96698

• **Cena**

- Sopa de pollo sin sal
- Carne asada
- Arroz sin sal
- Fruta cocida
- Infusión de manzanilla

Nombre del Alimento	Peso Net	Energía kcal	Proteínas g	Grasa total g	Carbohidratos g
Apio sin hojas	10	2.1	0.07	0.02	0.48
Zapallo macre P.C.	20	5.2	0.14	0.04	1.28
Nabo P.C.	10	1.6	0.06	0.02	0.36
Zanahoria amarilla sin cáscara	20	8.2	0.12	0.1	1.84
Porro sin hojas	10	4	0.27	0.08	0.76
Fideo crudo fortificado con hierro	15	50.61	1.41	0.03	11.655
Pollo, carne pulpa	160	190.4	34.224	4.928	0
Esparragos P.C.	20	4.6	0.44	0.04	0.92
Res, carne pulpa de	15	15.75	3.195	0.24	0
Huevo de gallina P.C.	50	70.5	6.75	4.2	0.9
Cebolla de cabeza P.C.	10	4.9	0.14	0.02	1.13
Tomate P.C.	20	3.8	0.16	0.04	0.86
Papa blanca	100	97	2.1	0.1	22.3
Aceite vegetal de maíz	20	176.8	0	20	0
Arroz pilado o pulido cocido	80	91.8696	1.92	0.08	20.16
Pera nacional P.C.	180	99	0.72	0.36	26.1
Azúcar granulada o refinada	5	19.2	0	0	4.96
TOTAL	745	845.5296	51.719	30.298	93.705



	Energía kcal	Proteínas g	Grasa total g	Carbohidratos g
APORTE TOTAL DE REGIMEN RENAL	2199.16	121.827	66.3613	287.547

