



cnm

curso de nutrição
e metabolismo

FMRP / USP

DIETAS HOSPITALARES

PROF° DR. ANDERSON M. NAVARRO

NILTON AUGUSTO DA SILVA

NUTRICIONISTA HCRP/UE

MESTRANDO PPG NUTRIÇÃO E METABOLISMO

ALUNO PAE

QUAL O CENÁRIO DE DESNUTRIÇÃO INTRA-HOSPITAR ATUAL NO BRASIL?

Raupp et al, 2018

- 577 Pacientes – Porto Alegre
- Ambos os sexos
- Idade: 53.9 ± 15.8
- Prevalência: 28.5% a 35.3%



QUAL O MOTIVO DE BAIXA ACEITAÇÃO DAS DIETAS HOSPITALARES?

Oferta Insuficiente de Alimentos

Temperatura das Refeições

Falta de Poder de Escolha do Paciente

Apresentação dos Pratos

Tempo Gasto para se alimentar



Erros nas Prescrições Dietoterápicas (Limitações físicas do Paciente)

Horário das Refeições

Ambiência***

(FERREIRA; GUIMARÃES; MARCADENTI, 2013; MOREIRA, 2012)

CONCEITOS

- **DIETA:**

- Conjunto sistematizado de normas de alimentação de um indivíduo, seja ele saudável ou enfermo.
- Padrão alimentar do indivíduo, o que difere do conceito de cardápio (tradução culinária das preparações e da forma de apresentação das refeições e alimentos).

- **DIETOTERAPIA:** Tratamento dos indivíduos portadores de determinada patologia através de uma alimentação adequada, considerando-se não só a doença, mas também as condições em que se encontra o indivíduo.

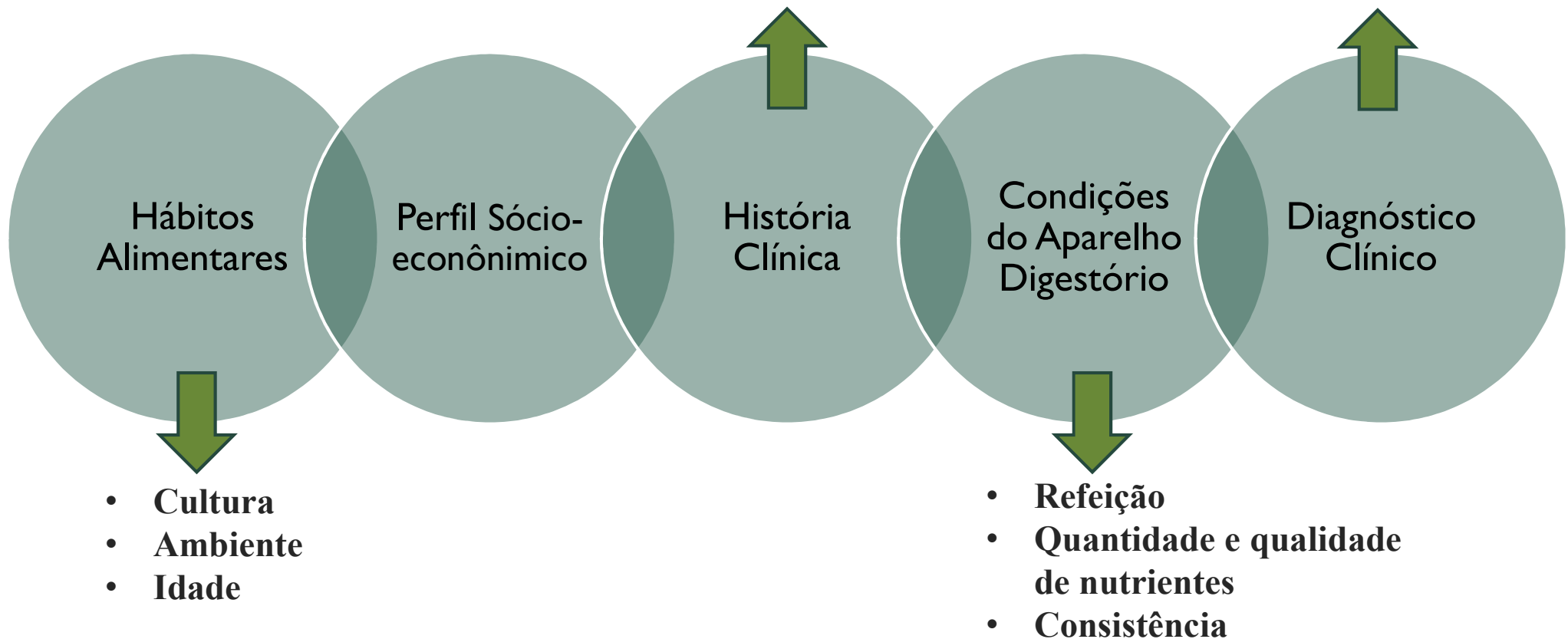
ALIMENTAÇÃO NORMAL VS ALIMENTAÇÃO ESPECIAL

- **Alimentação Normal:** é aquela balanceada em nutrientes, de fácil preparação, de apresentação agradável, adequada a indivíduos saudáveis e aqueles doentes que não necessitam de nenhum tipo de modificação na sua dieta
- **Alimentação Especial:** é aquela que apresenta modificações nas suas características sensoriais, físicas e químicas para atender as necessidades dos enfermos

DEVEM SER CONSIDERADOS:

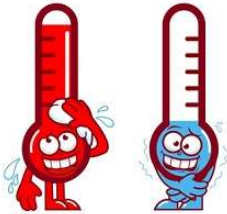
- **Sinais**
- **Sintomas**

- **Anamnese alimentar**
- **Antropometria**
- **Exames Clínicos e Laboratoriais**
- **Cálculo VET/Vitaminas/Minerais**



Obs.: O paciente deve ser orientado em relação o que está sendo feito para ele se sentir responsável pelo tratamento.

TIPO DE REFEIÇÕES :



Temperatura dos Alimentos:

- **Quentes:** acelera motilidade gástrica
- **Frios:** retardam o esvaziamento gástrico

Sabor :

- **Doce, Salgado ou Mista**
- **Temperos suave, moderado ou intenso e excitante.**

Volume :

- **Diminuído (< 1 Kcal/grama/ml de alimento)**
- **Normal (1 Kcal/grama/ml de alimento)**
- **Aumentado (> 1 Kcal/gramaml de alimento).**

Casos em que não é desejado distensão gástrica

- **Aumenta a frequência das refeições**
- **Diminuí o volume das refeições**

RESÍDUOS

De acordo com a quantidade de celulose contida nos alimentos e com a rigidez do tecido conectivo de animais.

Pode ser :

- Isenta de resíduos (repouso gastrointestinal)
- Pouco resíduos (frutas e/ou verduras cozidas em forma de purê).
- Resíduos brandos (cereais triturados, verduras tenras cruas ou cozidas, frutas cozidas, em compotas ou sem casca).
- Rica em resíduos (vegetais folhosos, frutas cruas e com casca, cereais integrais) – estimular o trânsito gastrointestinal.

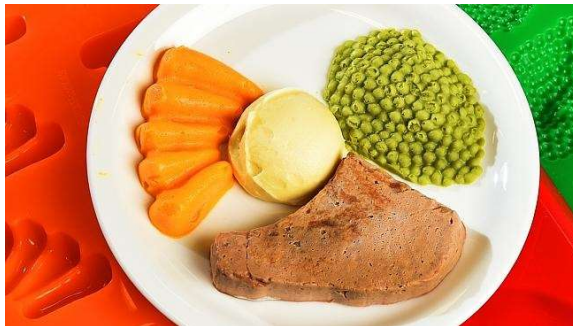


GASTRONOMIA HOSPITALAR

“O conceito de “Comida de hospital” tem sofrido uma mudança radical nos últimos anos. O Conceito de **HOTELARIA** vem sendo incorporado à área hospitalar, fazendo com que aquela ideia de ambiente com cheiro de remédio e comida sem sabor (e má aparência) seja completamente distorcida, ou seja, assim o usuário se sente como cliente e menos paciente (BEZERRA, 2003).



VS



VS



DIETAS HOSPITALARES

Alterações: Físicas e Químicas

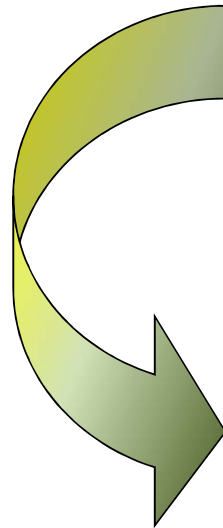
Alterações Físicas (Consistência):

- Normal/Geral
- Branda
- Leve
- Pastosa
- Líquida

Modificações da Dieta Normal :

COMO?

- Princípios físico-químicos
- Aspectos qualitativos e quantitativos
- Características organolépticas



>>> **Modificação de CONSISTÊNCIA**

>>> **Modificação QUÍMICA**

>>> **Modificação SENSORIAL**

Modificações da Dieta Normal :

POR QUÊ?

- Possibilitar a recuperação do paciente no menor tempo possível
- Evitar a desnutrição intra-hospitalar
- Manter as reservas de nutrientes no organismo
- Adequar a ingestão de energia, macro e micronutrientes às necessidades nutricionais do paciente



HC FMB UNESP - EXEMPLO

CONSISTÊNCIA	TERAPÊUTICAS
Geral/Normal	Normo / Hipo / Hipercalórica
Branda	Normo / Hipo / Hiperproteica
Leve	Hipogordurosa
Líquida	Assódica/Hipossódica
Pastosa	Sem resíduos ou Obstipante
Líquida Restrita	Laxativa
	Diabetes
	Dietas para preparo de exames
	Alta absorção
	Hipofosfatêmica
	Hipopotassêmica
	Cetogênica

DIETA GERAL

- **Definição:** Sem Restrições
- **Indicação:** Não exige modificações químicas e/ou consistência
- **Características:**
 - São permitidos todos os tipos de alimentos e Preparações Culinárias
 - Dieta nutricionalmente Balanceada



(TANAKA, BRANDÃO, MARCHINI, 2012)

DIETA NORMAL → Geral



Recomendações:

- Evitar frituras
- Preferir o cozimento rápido das hortaliças, para diminuir a perda de nutrientes
- Incluir hortaliças verde-escuras e frutas (frescas/com casca)
- Contar como uma porção de frutas somente os sucos 100% puros
- Retirar as gorduras visíveis das carnes
- Selecionar as carnes assadas, grelhadas ou preparadas no vapor
- Limitar a quantidade de gorduras e açúcares adicionais
- Dispor as preparações de forma harmoniosa e agradável

Alimentos Recomendados e Evitados

Grupo Alimentar	Alimentos Recomendados	Alimentos Evitados
Pães, cereais, arroz e massas	Grãos, produtos integrais e pobres em gordura	Ricos em gordura e açúcar
Hortaliças	Frescas	Frituras, enlatados com sal e/ou óleo
Frutas	Frescas, e a fruta em vez de seu suco	Conservas com calda de açúcar
Leite, iogurte e queijo	Com pouca gordura e sal	Ricos em gordura e sal
Carnes, aves, peixes e ovos	Magros, sem pele e gordura	Ricos em gordura e sal, como os frios em geral
Gorduras, óleos e açúcares	Todos com muita moderação	-----

DIETA GERAL

Exemplo de Cardápio

Desjejum

Café com leite
Pão com margarina
Fruta (colação)

Almoço

Salada de alface
Frango Assado
Quiabo Refogado
Arroz Cozido
Feijão
Fruta

Lanche da tarde

Vitamina (Leite+Banana)
Pão com geléia de morango

Jantar

Salada de acelga
Bife Acebolado
Couve-flor gratinada
Arroz Cozido
Feijão
Pudim de baunilha

Ceia

Chá erva doce
Bolacha Cream cracker





CONSISTÊNCIA:

Líquida Restrita

Líquida Completa

Pastosa

“Leve”

Branda

Geral

**Dieta LÍQUIDA
RESTRITA/HÍDRICA**

DIETA LÍQUIDA RESTRITA

(Líquida sem resíduos)

Objetivos:

- Fornecer líquidos e eletrólitos via oral
- Prevenir a desidratação
- Minimizar o trabalho do TGI e a presença de resíduos no cólon.

Indicações para uso:

- Preparo e pós-operatório de cirurgias do trato gastrointestinal
- Após uso via intravenosa
- Infecções graves e diarreia aguda
- Antes ou depois de procedimentos de diagnóstico

DIETA LÍQUIDA RESTRITA

(Líquida sem resíduos)

Características:

- Dieta altamente restritiva
- Nutricionalmente inadequada
- Não deve ser utilizada + de 3 dias
- Pacientes com disfagia tem risco de broncoaspiração
- CHO é a fonte de calorias
- Reduzida em resíduos gastrointestinais

Constituição:

Líquidos sem resíduos, ou seja, é ausente de fibras, de leite e derivados, de lipídeos e proteínas fibrosas

Dieta Líquida Restrita

Alimentos Recomendados e Evitados

Grupo Alimentar	Alimentos Recomendados	Alimentos Evitados
Pães, Cereais, Arroz e Massas	Arroz Branco	Todos, exceto arroz.
Hortaliças	Caldos e sucos coados de hortaliças	Nenhum, exceto as leguminosas
Frutas	Sucos coados	Abacate, manga e outros que não produzem sucos claros
Leite, iogurte e Queijo	Nenhum.	Todos.
Carnes, Aves, Peixes e Ovos	Caldo de frango ou de carne Bovina sem gordura.	Ovos, oleaginosas
Gorduras, Óleos e Açúcares	Todos, sem excesso.	Nenhum



DIETA LÍQUIDA RESTRITA

Recomendações

Podem ser utilizados

- Gelatina de todos os sabores
- Açúcar, sal, mel, café e chá → moderação
- Dietas hiperosmolares → diarreia
- Suplementos (fornecer nutrientes) → atenção: devem ser isentos de lactose e diluídos em água

DIETA LÍQUIDA RESTRITA

Exemplo de Cardápio

Desjejum: Chá de erva cidreira

Colação: Suco de Maracujá coado

Almoço: Caldo de frango e gelatina (muito cuidado)

Lanche: Suco de Caju

Jantar: Caldo de carne

Ceia: Chá mate

DIETA LÍQUIDA (COMPLETA)

Objetivo:

- Fornecer uma dieta para pacientes que não podem ingerir alimentos sólidos

Indicações para uso:

- Após cirurgias de cabeça e pescoço ou quando há comprometimento da função digestiva, problemas mecânicos de mastigação
- Doenças agudas
- Disfagia
- Preparo para exames
- Pré e/ou Pós-operatório

Dieta Líquida

Alimentos Recomendados e Evitados

Grupo Alimentar	Alimentos Recomendados	Alimentos Evitados
Pães, Cereais, Arroz e massas	Cereais refinados e Cozidos, farinha de aveia, creme de arroz, milho e trigo.	Alimentos integrais, farelos, Sementes.
Hortaliças	caldos e sucos, sopas liquidificadas.	Hortaliças cruas e inteiras.
Frutas	Sucos coados.	Frutas inteiras.
Leite, iogurte e Queijo	Leite integral e desnatado, bebidas lácteas, iogurte líquido, suplementos comerciais à base de leite, queijo cottage, tofu, requeijão cremoso e outros queijos macios, pudim, flan, manjar.	Queijos ricos em gordura
Carnes, Aves, Peixes e Ovos	Ovos, aves, peixes, carne bovina acrescida à sopas Liquidificadas.	Carnes ricas em gordura Embutidos
Gorduras, óleos e Açúcares	Todos, sem excesso.	Nenhum

DIETA LÍQUIDA

Recomendações

- Nutricionalmente inadequada
- Permite adição de leite e derivados, ovos e cereais refinados
- Permitidos suplementos industrializados com baixa quantidade de resíduos (módulos, dietas)
- Uso de canudos ou sonda quando necessário
- Podem ser incluídos: gelatina de todos os sabores, açúcar, sal, mel, margarina, manteiga, geléias sem pedaços, café sucos coados e chás

DIETA LÍQUIDA

Recomendações

- Utilizar sob refrigeração até 24 horas, ou congelados logo após o preparo
- Diminuída saciedade (administrar de 2 em 2 horas)
- Cuidado com alimentos que causam fermentação e flatulência
- Volume deve ser controlado (200 ml)
- Considerar o balanço hídrico e a densidade calórica
- Leite de soja, frango e preparações sem lactose → para pacientes com intolerância

DIETA LÍQUIDA

Exemplo de Cardápio

Desjejum: Mingau de farinha de arroz (fino)

Colação: Suco de laranja coado.

Almoço: Sopa de hortaliças e frango (liquidificada e coada) e gelatina de framboesa

Lanche da tarde: Leite com suplemento nutricional industrializado em pó

Jantar: Sopa de hortaliças e carne (liquidificada e coada) e pudim de baunilha (exemplo)

Ceia: Leite com achocolatado

DIETA LÍQUIDA



Dieta Pastosa

Objetivos:

- Propiciar repouso digestivo
- Atender pacientes quando alimentos sólidos não são tolerados

Indicação:

- Impossibilidade ou dificuldade de mastigação e/ou deglutição
- Repouso digestivo → Situações onde a função gastrointestinal esteja moderadamente reduzida
- Pacientes Idosos com dificuldade de mastigação
- Portadores de Doenças Neurológicas



Dieta Pastosa

Preparações indicadas:

- Água, chás, café e sucos em geral
- Legumes/Tubérculos sem casca, sementes e bem cozidos (abobrinha, moranga, chuchu, batata, mandioquinha) ou na forma de purê
- Arroz Pastoso, macarrão e Polenta
- Caldo de Feijão, sopas liquidificadas e sopas-creme
- Leite, coalhada, queijos cremosos e margarina
- Frutas Pastosas (banana, mamão ou abacate) ou liquidificadas, pudins, gelatinas, sorvetes e mingau (farinha de aveia, láctea, amido etc)
- Carne Moídas ou bem desfiadas, ovos (cozidos ou pochê ou mexidos)

Características:

- Preparações de consistência forma de purê
- Possui maior densidade calórica do que as anteriores
- Possibilidade de utilizar módulos e suplementos

(TANAKA, BRANDÃO, MARCHINI, 2012)



Dieta Leve

Objetivo:

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

Indicação para uso:

- Dificuldade de mastigação/deglutição → Disfagia
- Doença esofágica
- Neuropatias e distúrbios neuromotores
- Retardo mental severo
- Alterações anatômicas da boca ou esôfago
- Uso de próteses dentárias → atenção
- Não é indicada em pacientes com risco de broncoaspiração

Dieta Leve → Alimentos Recomendados e Evitados

Grupo Alimentar	Alimentos Recomendados	Alimentos Evitados
Pães, Cereais, Arroz e massas	Todos que possam ser transformados em purê. Mingaus de amido de milho, aveia, creme de arroz e outros	Pães duros ou com sementes, biscoitos amanteigados, pastelarias. Arroz pode ser difícil de ser transformado adequadamente em purê. Cereais secos, contendo passas, nozes e outras frutas oleaginosas, ou sementes
Hortaliças	Purê de batata, batata doce, cenoura, sucos de hortaliças etc.	Hortaliças folhosas cruas. Hortaliças com sementes e/ou casca.
Frutas	Todas na forma de purê, sem pele. Suco de frutas	Frutas com polpas (ex. laranja, uva, abacaxi) que são difíceis de transformar em purê
Leite, iogurte e Queijo (Uso de espessante)	Leite, milkshake, achocolatados, iogurte batido. Pudim, manjar. Queijos cottage ou ricota amassados	Iogurte com pedaços de frutas
Carnes, Aves, Peixes e Ovos	Carnes, peixes e aves na forma de purê, sem pele. Ovos mexidos moles ou pochê, na forma de purê. Gemada.	Carnes duras, crocantes, empanados. Ovos fritos.
Gorduras, óleos e Açúcares	Gelatina, sorvetes, geléia, mel, açúcar, xaropes. Margarina, manteiga, creme de leite, chantilly, nata.	Bacon, azeitona, coco
Temperos	Todos, sem excesso	Sal, pimenta, catchup e mostarda: somente com moderação.

Dieta Leve

Considerações

- Adequada em todos os nutrientes (exceto fibras)
- Os alimentos estão na forma de sopa e macios
- Se necessário, utilizar espessantes industrializados

Recomendações

- Leite, molhos, margarina, mel ou açúcar podem ser utilizados para melhora do aporte calórico
- Podem ser utilizados laxativos → sucos, chás, módulos e farinha de trigo/aveia
- As fibras devem ser incluídas gradativamente à dieta, de acordo com a tolerância do paciente

DIETA LEVE

Exemplo de Cardápio

Desjejum: Papa de leite com pão de leite

Colação: Fruta amassada (purê).

Almoço: Salada de chuchu bem cozido, frango desfiado ao molho, sopa de arroz com legumes, purê de cenoura, gelatina de morango

Lanche da tarde: Papa de leite com bolachas

Jantar: Salada de batata bem cozida, carne moída refogada, sopa de fubá, purê de beterraba e pudim de baunilha

Ceia: Papa de chá com bolachas

DIETA LEVE



Dieta Branda

Objetivo:

- Fornecer uma dieta contendo o mínimo possível de fibras e uma quantidade moderada de resíduos

Características:

- Normal em todos os nutrientes, alimentos bem cozidos/macios
- Fibras e Tecido conectivo são modificados pela cocção ou ação mecânica

Indicação para uso:

- Dieta de transição para geral
- Pós-operatório (esôfago, estomago)
- ICC grau III a IV
- Gastrite ou úlcera péptica
- Dificuldade Mecânica para mastigação/digestão

Dieta Branda → Alimentos Recomendados e Evitados

Grupo Alimentar	Alimentos Recomendados	Alimentos Evitados
Pães, Cereais, Arroz e Massas	Pães moles, de forma, bolinhos cozidos ou assados moles, biscoitos sem recheio e gordura, panquecas, torradas, cereais cozidos, arroz, massas em geral. Centeio e integrais (de acordo com a tolerância).	Pães duros ou com sementes, biscoitos amanteigados, pastelarias.
Hortaliças	Todas cozidas, exceto as Flatulentas.	Hortaliças folhosas cruas, brócolis abóbora, couve-flor, pepino, pimentão e outras hortaliças formadoras de ases.
Frutas	Frutas macias e pastosas	Fibrosas
Leite, iogurte e Queijo	Com pouco sal e gordura. Queijo prato, mussarela, cottage, ricota.	Queijos muito gordurosos (ex.: provolone).
Carnes, Aves, Peixes e Ovos	Carnes sem gordura, cozidas, moídas, desfiadas, purê, ensopadas ao molho, grelhadas ou assadas. Ovos mexidos, moles ou pochê.	Carnes duras, crocantes, Empanadas. Ovos fritos.
Gorduras, Óleos e Açúcares	Todos, sem excesso.	Nenhum

Dieta Branda

Recomendações:

- Todos os alimentos são modificados pela cocção, exceto frutas
- Evitar pimenta, refrigerantes, água com gás, extratos de carne e frituras
- Os condimentos também devem ser excluídos porém alguns tais como a salva, o tomilho e a páprica são permitidos
- O baixo teor de fibras pode resultar em obstipação intestinal; podem ser utilizados laxativos → sucos, chás, módulos e farinha de trigo/aveia
- As fibras devem ser incluídas gradativamente à dieta, de acordo com a tolerância do paciente

DIETA BRANDA

Exemplo de Cardápio

Desjejum: Leite com café, pão com margarina e fruta macia

Almoço: Salada de beterraba Cozida, peixe assado, cenoura cozida, arroz, caldo de feijão e doce de leite

Lanche da tarde: Leite com achocolatado e pão com geléia

Jantar: Salada de chuchu, frango cozido ao molho, polenta, arroz, caldo de feijão e Melancia

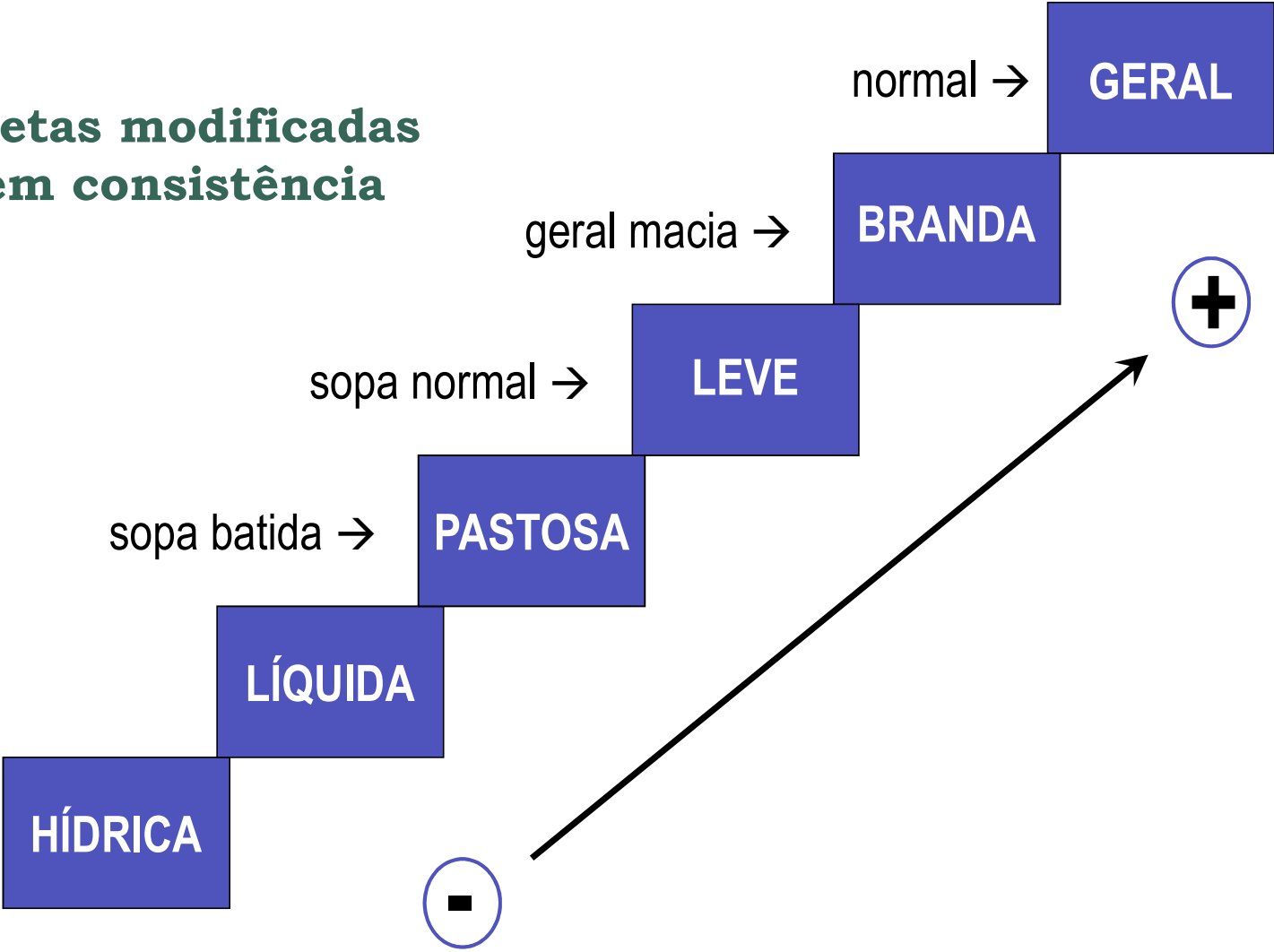
Ceia: Chá mate e bolacha salgada

DIETA BRANDA





**Dietas modificadas
em consistência**



BIBLIOGRAFIA

- BEZERRA, A. C. **Gastronomia na prescrição de dietas hospitalares e as influências geradas pela indústria hoteleira.** 2003. 47g. Monografia (Especialização) – Universidade de Brasília, Centro de Excelência em Turismo, Brasília, 2003.
- FERREIRA, D.; GUIMARÃES, T. G.; MARCADENTI, A. Aceitação de dietas hospitalares e estado nutricional entre pacientes com câncer. **Einstein**, São Paulo, v. 11, n. 1, p. 41-46, Mar. 2013.
- MOREIRA, D. C. F. **Teor de minerais veiculados por dietas hospitalares orais.** 2011. 122f. Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal de Ouro Preto, Programa de Pós-Graduação em Saúde e Nutrição, Ouro Preto, 2012.
- RAUPP, D. et al. Nutrition screening in public hospital emergency rooms: Malnutrition Universal Screening Tool and Nutritional Risk Screening-2002 can be applied. **Public Health**, Londres, n. 165, p. 6-8, 2018.
- TANAKA, N.Y.Y; BRANDÃO, E. C. M; MARCHINI, J. S. Padronização de Dietas Hospitalares. In: VIEIRA, M. N. C. M.; JAPUR, C. C. **Gestão de Qualidade na Produção de Refeições.** Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2012.