

DIETAS HOSPITALARES



Dietoterapia

Dieta ou Regime Alimentar

Conjunto sistematizado de normas de alimentação de um indivíduo, seja ele saudável ou enfermo.

Dieta: padrão alimentar do indivíduo, o que difere do conceito de cardápio (tradução culinária das preparações e da forma de apresentação das refeições e alimentos).

Dieta para pacientes enfermos é aquela empregada na dietoterapia

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 x 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 apresentam modificações nas suas características sensoriais, físicas e químicas para atender as necessidades dos enfermos

Finalidade da Dietoterapia

Ofertar ao paciente nutrientes adequados da forma que melhor se adapta ao tipo de doença e condições físicas, nutricionais e psicológicas do paciente, mantendo o estado nutricional do indivíduo recuperando-o.

Aplicação do Cuidado Nutricional

Conhecer :

- * Valor dos alimentos**
- * Composição química**
- * Transformação culinária**
- * Ações no organismo**

Depende : Estado nutricional do paciente

Evolui a medida que o seu perfil clínico nutricional se modifica.

Devem ser considerados :

***hábitos alimentares (influenciados pela cultura e ambiente em que vive).**

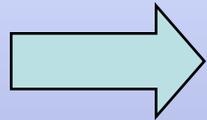
***Nível sócio-econômico**

***História clínica**

***Estado do aparelho digestório**

***Sinais e sintomas associados a patologia**

***Diagnóstico clínico**



Avaliação Nutricional completa (detectar as def. nutricionais)

- Anamnese alimentar

- Exames Antropométricos

- Clínicos e Laboratoriais

- Peso adequado

- Cálculo das necessidades dos nutrientes

Plano Alimentar – Alimentos distribuídos por :

***Refeição**

***Quantidade e qualidade de nutrientes**

***Consistência**

***Via de administração**

Obs.: É importante que o paciente seja orientado em relação o que está sendo feito para ele se sentir responsável pelo tratamento.

Tipo de refeições :

Sabor : pode ser doce, salgada, mista ou ainda de sabor suave ou moderado, ou sabor intenso e excitante.

Temperatura : “alimentos quentes acelera motilidade gástrica e alimentos frios a retardam”.

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 freqüência das refeições

Diminuí o volume das refeições

Conteúdo de 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



Tempero na canja

A malfalada comida de hospital ganha mais sabor com cardápios inspirados em restaurantes



**CUIDADO COM AS TERMINOLOGIAS
VAMOS USAR TERMOS MAIS
TÉCNICOS**

**GASTRONOMIA NA PRESCRIÇÃO DE DIETAS
HOSPITALARES E AS INFLUÊNCIAS GERADAS PELA
INDÚSTRIA HOTELEIRA**

Autora: Aline Cabral Bezerra

Orientadora: Raquel Assunção Botelho

Monografia apresentada ao Centro de
Excelência em Turismo da Universidade de
Brasília como requisito parcial para a obtenção
do certificado de Especialista em Qualidade
dos Alimentos

Capítulo II

METODOLOGIA DA PESQUISA

Inicialmente, realizou-se uma pesquisa bibliográfica do assunto para dar suporte na construção de um questionário a ser aplicado no Hospital Geral de Brasília (HGeB). O questionário (Anexo01) foi construído com o intuito de obter informações preliminares sobre a qualidade das refeições servidas pela unidade de alimentação e nutrição do hospital. Após a aplicação do questionário, foram fotografadas (Anexo 03) amostras das refeições servidas, para melhor ilustração.

O questionário foi aplicado durante um período de 30 (trinta) dias consecutivos a todos os pacientes internados neste período. No total, foram entrevistados 100 pacientes. Todos foram entrevistados por profissionais da área de nutrição, sem influenciá-los em suas respostas.

Os dados obtidos através dos questionários foram analisados através de tabelas e gráficos formatados no programa Excel (Windows). (Anexo 02)

Após análise dos resultados da pesquisa e a revelação das fotografias, os mesmos foram apresentados a toda equipe de nutrição do HGeB, demonstrando a estes a necessidade de mudança do serviço que é realizado atualmente, bem como sugerindo os meios possíveis para que esta mudança possa ocorrer.

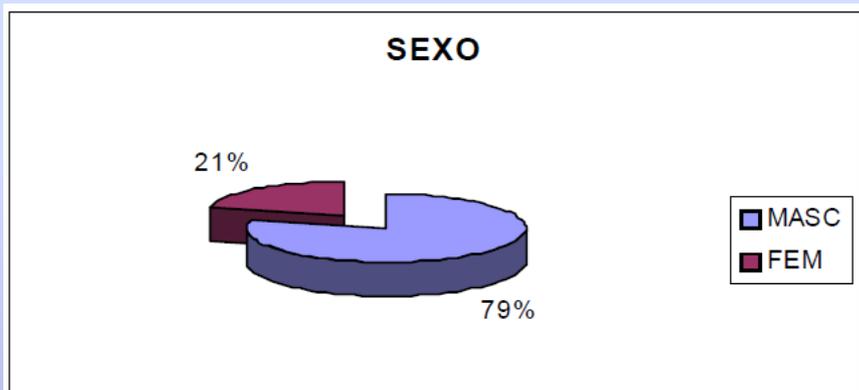


Gráfico1: Distribuição de sexos dentre os entrevistados no HGeB.

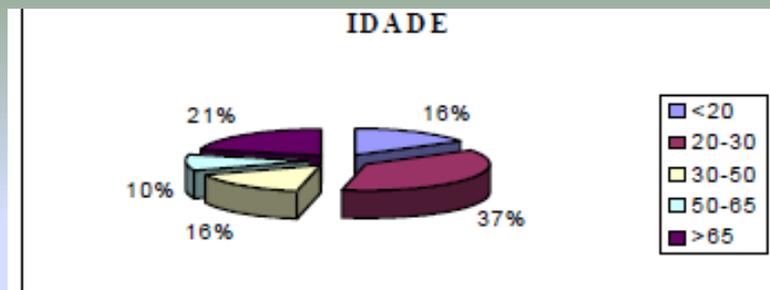


Gráfico2: Distribuição da idade dentre os entrevistados no HGeB.

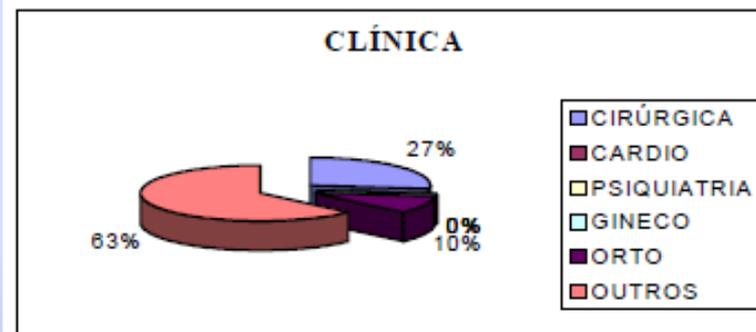


Gráfico 3: Distribuição do posto/graduação dentre os entrevistados.

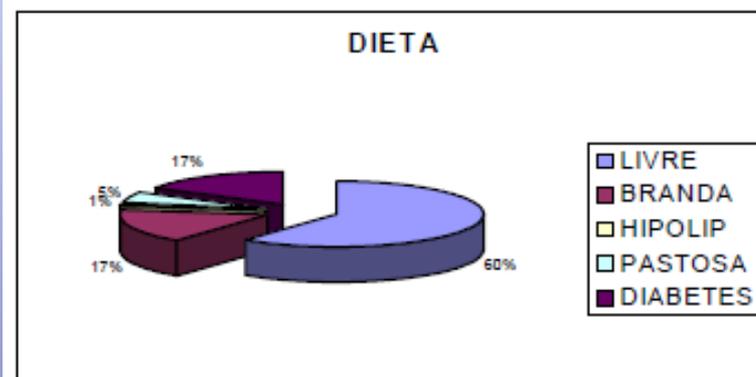


Gráfico 4: Distribuição por clinica dentre os entrevistados

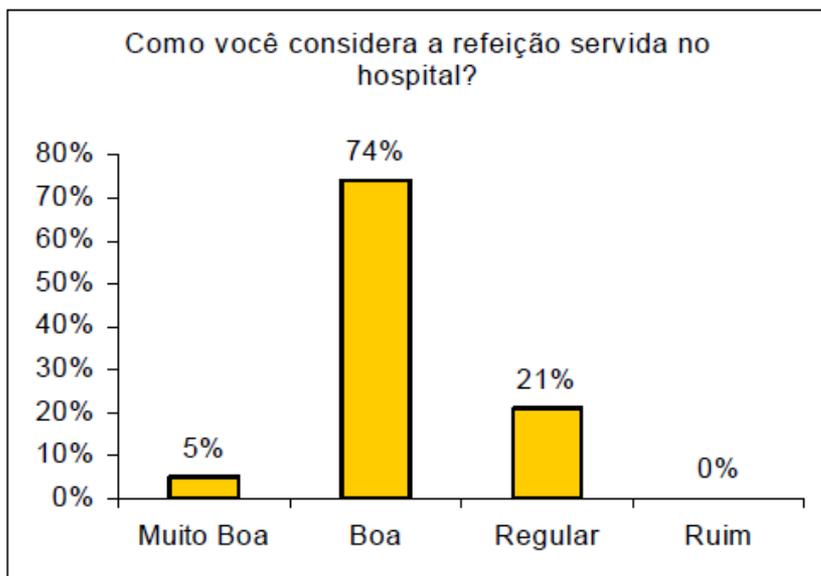


Gráfico 6: Distribuição da percepção dos entrevistados quanto a qualidade da refeição servida no hospital.

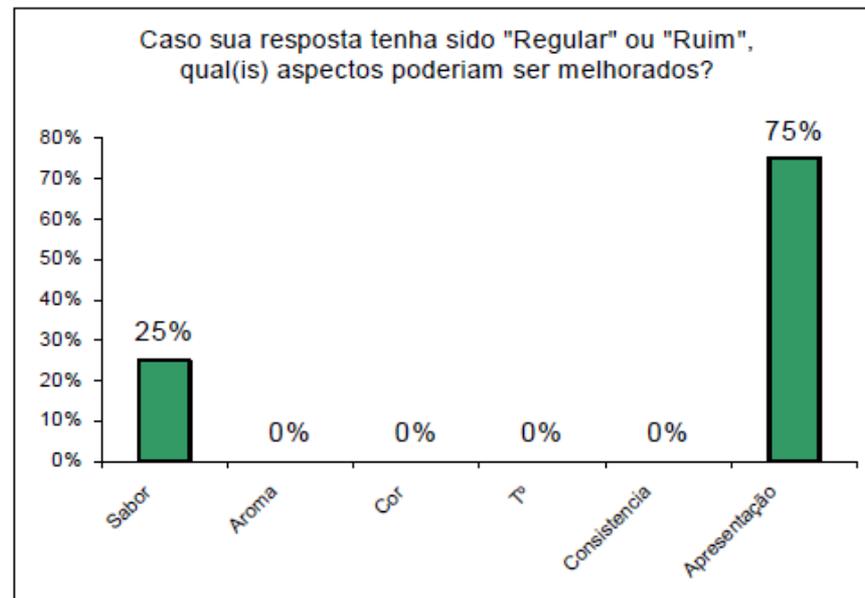


Gráfico 7: Distribuição da opinião dos entrevistados que consideraram a refeição regular ou ruim, quanto aos aspectos que poderiam ser melhorados na refeição.

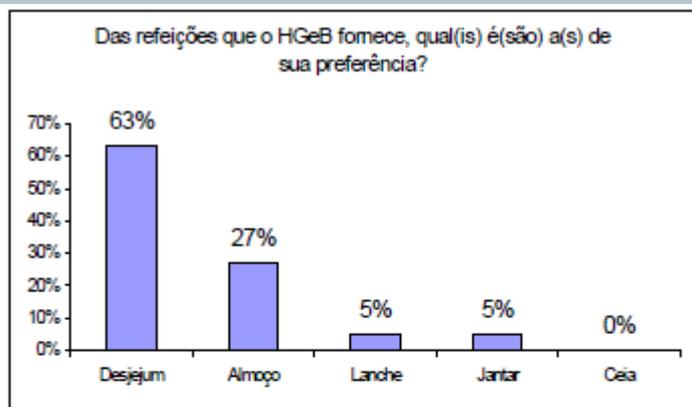


Gráfico 8: Distribuição da opinião dos entrevistados quanto suas refeições preferidas.

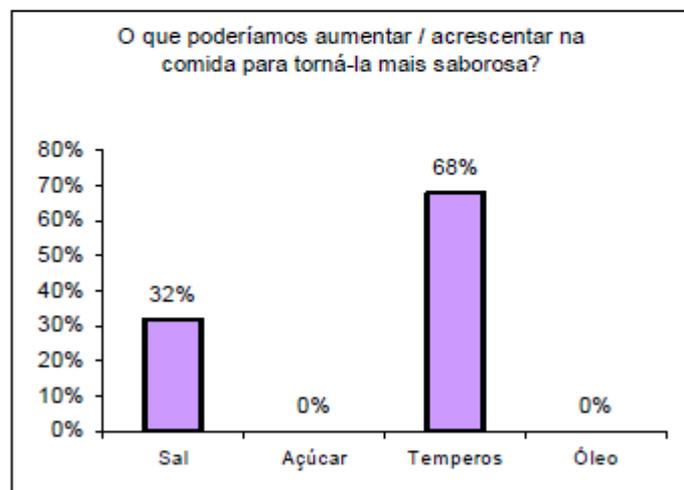


Gráfico 9: Distribuição da opinião dos entrevistados quanto ao que poderia ser acrescentado a comida para torná-la mais saborosa.



Gráfico 10: Distribuição da opinião dos entrevistados quanto à apresentação da refeição.

Você considera a refeição variada?

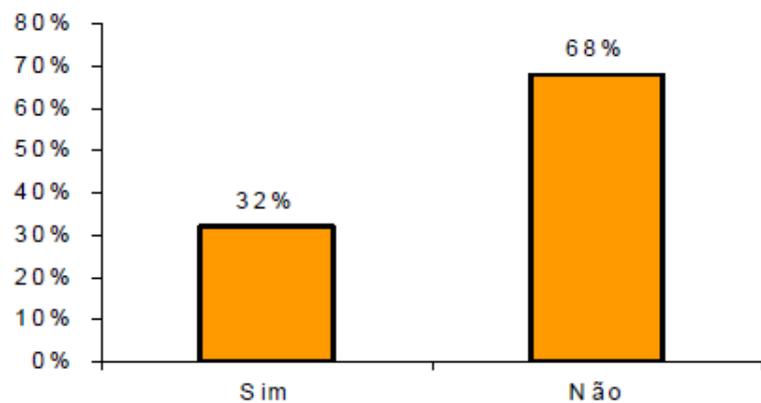


Gráfico 14: Distribuição da opinião dos entrevistados quanto a variedade das refeições.

Qual(is) das preparações abaixo você considera a(s) menos aceita?

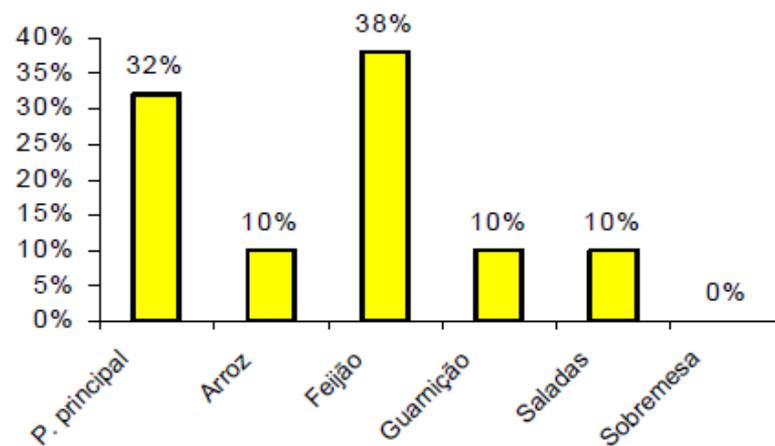


Gráfico 15: Distribuição da opinião dos entrevistados quanto as refeições

O ambiente hospitalar prejudica a vontade e o ato de comer, independente da patologia?

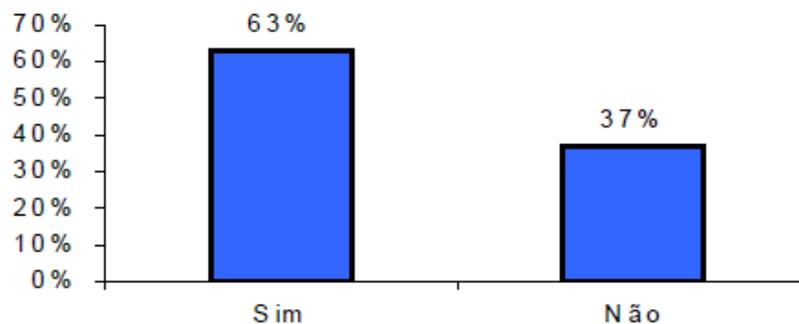


Gráfico 17: Distribuição da opinião dos entrevistados quanto ao prejuízo ocasionado pelo ambiente hospitalar, independente da patologia, referente a vontade e o ato de comer.

Tabela 2. Frequência das prioridades de um SANH

Categoria de prioridade	Frequência (%)
Infraestrutura e capacitação de recursos humanos	40
Qualidade da dieta hospitalar	27
Avaliação e acompanhamento do estado nutricional	13
Foco no atendimento ao paciente	9
Relacionamento com a equipe multidisciplinar	7
Atualização e aplicação do conhecimento científico	4

Diez-Garcia R.W. et al 2012

Ciência & Saúde Coletiva, 17(2):473-480, 2012

Tabela 1. Realização referida pelos nutricionistas de componentes da assistência nutricional nos oito hospitais.

Componentes da assistência nutricional	Nº de hospitais que realizam as atividades
Avaliação nutricional	0
Visita diária	7
Prescrição dietética	1
Evolução nutricional	1
Avaliação do índice de resto-ingestão	0
Pesquisa de opinião	0
Orientação ao paciente sobre a dieta	0

Ciência & Saúde Coletiva, 15(Supl. 3):3413-3422, 2010

Modificações da Dieta Normal :

Segundo : Físicos, Químicos e sensoriais

Consistência :

- Normal/Geral**
- Branda**
- Pastosa**
- Semi-líquida e Líquida**

Modificações da Dieta Normal :

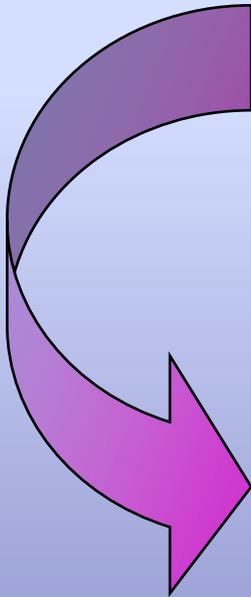
POR QUÊ?

- 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

Modificações da Dieta Normal :

COMO?

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



>>> **Modificação de CONSISTÊNCIA**

>>> **Modificação QUÍMICA**

>>> **Modificação SENSORIAL**

HC FMB UNESP - EXEMPLO

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

DIETA NORMAL → Geral

Objetivo: manter o estado nutricional de pacientes com ausência de alterações metabólicas significativas ou risco nutricional

Indicação para uso:

- Não requerem modificações específicas
- Sem necessidades metabólicas específicas

DIETA NORMAL → Geral

Características:

- Distribuição e quantidades normais de todos os nutrientes
- Sem restrição no tipo ou no método de preparo dos alimentos servidos
- Dieta nutricionalmente adequada

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 ao molho

Polenta

Arroz simples

Feijão

Fruta

Lanche da tarde

Chá mate

Pão com geléia de morango

Jantar

Salada de acelga

Bife à rolê

Couve-flor gratinada

Arroz simples

Feijão

Pudim de baunilha

Ceia

Chá erva doce

Bolacha Cream cracker

DIETA GERAL





DIETAS MODIFICADAS



CONSISTÊNCIA



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	Nenhum.	Todos
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 laranja coado

Almoço: Caldo de frango e gelatina (muito cuidado)

Lanche: Suco de maracujá coado

Jantar: Caldo de carne com hortaliças e gelatina

Ceia: Chá mate

Dieta LÍQUIDA COMPLETA

DIETA LÍQUIDA (COMPLETA)

Objetivo:

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

Indicações para uso:

- **Após cirurgias de cabeça e pescoço**
- **Doenças agudas**
- **Disfagia**

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 líquidificadas.	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 pudim

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

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

Dieta Pastosa

Características:

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

Dieta Pastosa

Preparações indicadas:

- **Água, chás, café e sucos em geral = espessados**
- **Purê de vegetais e polenta mole**
- **Caldos de carnes e vegetais = espessados**
- **Sopas espessadas, liquidificadas e sopas-creme**
- **Leite espessado, coalhada, queijos cremosos e margarina**
- **Frutas em papa ou liquidificadas, pudins, gelatinas espessadas, sorvetes e mingau (farinha de aveia, láctea, ...)**

DIETA PASTOSA



Appetite

**CUIDADO COM AS TERMINOLOGIAS
VAMOS USAR TERMOS MAIS
TÉCNICOS**

Dieta “LEVE”

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, catachup 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

Dieta Branda

Objetivo:

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

Indicação para uso:

- Dieta de transição**
- Pós-operatório (esôfago, estomago)**
- Disfagia → idosos**
- ICC grau III a IV**
- Gastrite ou úlcera péptica.**

Características: normal em todos os nutrientes, alimentos bem cozidos/macios e isenta de alimentos flatulentos

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	Todas cozidas.	Todas as cruas e as cítricas.
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**
- **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 pepino fino, 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 pudim de baunilha

Ceia: Chá mate e bolacha salgada

DIETA BRANDA



Diets modificadas em consistência

