

ANEXO I-E

MANUAL DE DIETAS DO HULW/UFPB/EBSERH

1 OBJETIVO

1.1. Normatizar a oferta de alimentos para pacientes internados e/ou externos, assim como para seus acompanhantes atendidos no Hospital Universitário Lauro Wanderley (HULW).

2 CAMPO DE APLICAÇÃO

2.1. Clínicas de internação do HULW:

3 ORIENTAÇÕES

3.1. O cardápio padrão hospitalar oferecido aos pacientes internados no HULW é fracionado em seis refeições diárias (desjejum, lanche da manhã, almoço, lanche da tarde, jantar e lanche noturno), com o objetivo de atender diversas situações clínicas e/ou enfermidades.

3.2 Pode haver a necessidade de introdução de suplementos nutricionais orais (em pó ou líquido), independentemente do tipo de dieta a ser ofertada, a critério do nutricionista responsável.

3.3 As dietas hospitalares padrão do HULW podem ser classificadas da seguinte forma:

- Quanto a consistência;
- Quanto ao volume/quantidade;
- Quanto a condições especiais.

3.4 Em casos de pacientes com doenças associadas será prescrito a (as) característica (as) de maior relevância clínica, de acordo com a consistência tolerada pelo paciente, e em casos específicos o cardápio do paciente será prescrito de forma individualizada pelo nutricionista responsável. Exemplo: dieta para diabético, renal e sem lactose.

3.5 O manual de dietas do HULW/UFPB/EBSERH encontra-se em processo de atualização, sendo embasado no posicionamento da BRASPEN (DOCK-NASCIMENTO, 2022).

4. CLASSIFICAÇÃO DA DIETA QUANTO À CONSISTÊNCIA

4.1 Dieta normal

4.1.1 Conceito: dieta saudável e equilibrada que atende as leis da nutrição, não sendo necessário restrição ou alteração de preparações, consistência de alimentos e/ou composição de nutrientes. Dieta normocalórica, normoglicídica, normolipídica, normoproteica, nutricionalmente adequada em macro e micronutrientes, sem restrições no modo de preparo dos alimentos. Dieta com valor total de, aproximadamente, 2000 calorias e 90g de proteína;

4.1.2 Objetivo: fornecer calorias e nutrientes em quantidades diárias recomendadas;

4.1.3 Indicação: para pessoas que não necessitam de modificações dietéticas específicas, ou seja, sem problemas de mastigação, deglutição e digestão;

4.1.4 Observação: preferência por carnes magras, preparações assadas, grelhadas e cozidas e alimentos restritos em gorduras e açúcares simples.

Quadro 1. Alimentos recomendados e evitados na dieta normal.

GRUPO DE ALIMENTOS	ALIMENTOS RECOMENDADOS	ALIMENTOS EVITADOS
Pães, cereais arroz e massas	Pães, bolachas e biscoitos, arroz, macarrão, cuscuz, farinhas e mucilagens para enriquecer leites (farinha láctea, amido de milho, multicereais, mucilagem, aveia).	Industrializados, ricos em gordura e açúcar.
Hortaliças e tubérculos	Todas as hortaliças e tubérculos.	Fritos e preparações com gordura.
Leguminosas	Todos.	-
Frutas	Todas.	Sucos artificiais.
Leite e derivados	Leite (puro, enriquecido, em forma de mingau ou papa) e derivados (iogurte, e queijos).	-
Carnes, aves, peixes e ovos	Magros, sem pele e gordura.	Ricos em gordura e sal, como embutidos e enlatados.
Óleos e gorduras	Todos os vegetais com moderação e baixo teor de gordura trans.	Todos em excesso e reutilização de óleos.
Açúcar, doces e bebidas	Todos com moderação.	Todos em excesso.

4.2 Dieta branda

4.2.1 Conceito: dieta de transição entre pastosa e a normal. Apresenta baixos níveis de celulose e tecido conectivo, abrandados por cocção ou por ação mecânica, facilitando o trabalho digestório, sem alteração de nutrientes. Não é obrigatório que o alimento seja triturado ou moído e difere da dieta normal principalmente pelo método de preparação. Dieta com valor total de, aproximadamente, 2000 calorias e 90g de proteína;

4.2.2 Objetivo: fornecer uma dieta contendo o mínimo possível de fibras que não foram abrandadas pela cocção, e uma quantidade moderada de resíduo;

4.2.3 Indicação: para pacientes com distúrbios gastrointestinais, com uso de próteses dentárias e/ou aqueles com dificuldades leves na mastigação ou deglutição e no pós-operatório;

4.2.4 Observação: as fibras dos alimentos devem ser abrandas por cocção e as preparações não devem conter: especiarias e condimentos fortes; bebidas gaseificadas; doces concentrados; hortaliças e legumes crus; alimentos duros, com alto teor de gorduras e cítricos. Deve conter frutas macias, preparações bem cozidos, subdivididos, com pouca gordura e isenta de alimentos que promovam gases.

Quadro 2. Alimentos recomendados e evitados na dieta branda.

GRUPO DE ALIMENTOS	ALIMENTOS RECOMENDADOS	ALIMENTOS EVITADOS
Pães, cereais arroz e massas	Pães macios, bolacha e biscoito sem recheio e gordura, panqueca, cereais cozidos, massas em geral, farinhas e mucilagens para enriquecer leites. O percentual de espessamento com farináceos não deve ultrapassar 15%.	Pão francês ou integral ou com sementes, cuscuz, biscoitos amanteigados ou duros (tipo rosquinha), massas integrais ou com gordura.
Hortaliças e tubérculos	Todas cozidas, excetos as flatulentas.	Hortaliças cruas, brócolis, pimentão, couve-flor, batata doce.
Leguminosas	Feijão liquidificado e coado.	-
Frutas	Banana, mamão, melancia e maçã cozida. Todos os sucos.	Todos, exceto os permitidos.
Leite e derivados	Leite (puro, enriquecido, em forma de mingau ou papa) e derivados (iogurte, e queijos).	Ricos em gorduras.
Carnes, aves, peixes e ovos	Carnes macias (cozidas, moídas, purê, ao molho. Ovos cozidos.	Carnes duras, crocantes, assados ou empanadas. Ovos fritos.
Óleos e gorduras	Todos os vegetais com moderação e com baixo teor de gordura nas preparações.	Molhos com alto teor de gordura, gorduras em excesso e reutilização de óleos.
Açúcar, doces e bebidas	Todos com moderação.	Doces concentrados; bebidas gaseificadas.
Temperos	Limão, salsa, cebola, alho, coentro, cebolinha, orégano, manjeriço, manjerona, alecrim, louro, noz-moscada, colorau, vinagre E canela.	Temperos fortes e picantes (como pimenta).

4.3 Dieta pastosa

4.3.1 Conceito: dieta de transição entre a branda e a líquida-pastosa. Apresenta alimentos abrandados por cocção ou por ação mecânica, facilitando o trabalho digestório, de deglutição e mastigação. Os alimentos devem ser bem cozidos e de fácil mastigação; com textura macia (na forma de purê, cremes, papas, moídos, bem desfiados, mingaus ou amassados, excetos se naturalmente macios), para que possam ser mastigados e deglutidos com pouco esforço. Não é obrigatório que o alimento seja triturado ou moído, desde que sua consistência seja macia. Dieta com valor total de, aproximadamente, 1800 calorias e 85g de proteína;

4.3.2 Objetivo: fornecer uma dieta que possa ser mastigada e deglutida com pouco ou nenhum esforço;

4.3.3 Indicação: para pacientes com dificuldade moderada de mastigação ou deglutição devido à inflamação, danos neurológicos, distúrbios neuromotores, alteração anatômicas da boca ou esôfago e ausência de dente ou próteses dentárias. Não é indicada para aqueles com risco de broncoaspiração, no qual para alguns pacientes os líquidos são contraindicados.

Quadro 3. Alimentos recomendados e evitados na dieta pastosa.

GRUPO DE ALIMENTOS	ALIMENTOS RECOMENDADOS	ALIMENTOS EVITADOS
Pães, cereais arroz e massas	Todos que possam ser transformados na forma de purê, cremes, papas, mingaus ou amassados, excetos se naturalmente macios. O percentual de espessamento com farináceos não deve ultrapassar 15%.	Pães duros ou com sementes e cuscuz *Deve-se avaliar a capacidade de mastigação e de deglutição de cada paciente para a oferta de pães e biscoito.
Hortaliças e tubérculos	Todos na forma de purê, cremes, papas, mingaus ou amassados, excetos se naturalmente macios.	Hortaliças folhosas cruas, com sementes ou com casca.
Leguminosas	Feijão liquidificado e coado.	-
Frutas	Banana e mamão amassados ou maçã raspada	Frutas duras, inteiras e picadas.
Leite e derivados	Na forma líquida, de purês, cremes, mingaus ou papas.	Iogurte com pedaços de frutas e queijo
Carnes, aves, peixes e ovos	Patês, moídos e bem desfiados e ovos mexidos.	Carnes inteiras, duras, crocantes, assados ou empanadas.
Óleos e gorduras	Todos os vegetais com moderação e com baixo teor de gordura nas preparações.	Molhos com alto teor de gordura, gorduras em excesso e reutilização de óleos.
Açúcar, doces e bebidas	Todos com moderação.	Doces em tabletes; bebidas gaseificadas.

4.4 Dieta pastosa para disfagia

4.4.1 Conceito: usada como parte do tratamento de disfagia, pela facilidade da manipulação oral. Os alimentos líquidos, geralmente não são incluídos na dieta pois apresentam maior dificuldade de controle durante a deglutição. As preparações não podem conter pedaços e nem podem ser fibrosas. Todos os alimentos devem ser liquidificados, servidos na consistência de creme, ou conforme solicitação do nutricionista. Dieta com valor total de, aproximadamente, 1700 calorias e 80g de proteína;

4.4.2 Objetivos: fornecer uma dieta nutricionalmente adequada com alimentos que estimulem a deglutição e requeiram o mínimo de esforço na mastigação, evitando o risco de aspiração e broncopneumonia. Oferta de líquido espessados para evitar desidratação;

4.4.3 Indicação: pacientes que sofreram Acidente Vascular Encefálico (AVE), neoplasias, principalmente de cabeça e pescoço, miastenia grave, doença de Parkinson, degeneração cerebral, síndrome de Guillian-Barré e outros;

4.4.4 Observação 1: os espessantes industrializados podem ser adicionados às preparações quentes ou frias, como suco de frutas, sopa e água, para suprir o aporte hídrico do paciente, conforme solicitação do nutricionista assistente, cuja prescrição constará frequência e quantidade ser utilizada.

4.4.5 Observação 2: podem ser solicitados alimentos e/ou preparações em horários diferenciados para teste fonoaudiológico, o qual será solicitado pelo nutricionista e/ou fonoaudiólogo;

4.4.6 Alimentos recomendados: mingau, vitaminas cremosas, cremes de frutas e sopas cremosas;

4.4.7 Alimentos evitados: água, sucos de frutas, água de coco, chás, leite puro, gelatina e nenhum alimento em consistência líquida rala, exceto quando utilizado espessante prescrito pelo nutricionista.

4.5 Dieta líquida-pastosa

4.5.1 Conceito: dieta de transição entre a líquida total e pastosa. Proporciona um mínimo de trabalho digestório, por provocar pouco estímulo químico e mecânico. Dieta caracterizada por oferecer alimentos líquidos e liquidificados como: líquidos enriquecidos, engrossados, mingaus e todas as preparações utilizadas na dieta líquida completa. Dieta com volume de 250 ml por refeição e, aproximadamente, 1700 calorias e 75g de proteína;

4.5.2 Objetivo: favorecer a digestão dos alimentos em situações de comprometimento de fases mecânicas do processo digestório, propiciando repouso digestivo ou facilitando a deglutição (excluindo a mastigação);

4.5.3 Indicação: para pacientes em preparo de determinados exames, no pré e pós-operatório ou em situações que a função gastrointestinal esteja debilitada, na dificuldade de deglutição e/ou mastigação e em casos de intolerância a alimentos sólidos;

4.5.4 Alimentos recomendados: leite, leite enriquecido, mingau (o espessamento dos farináceos não deve exceder 5%), vitamina, iogurte, coalhada; sucos variados, coquetéis; creme de arroz, patê de carne/frango/peixe, sopa liquidificada, purê cremoso de vegetais; água de coco e chá;

4.5.6 Alimentos evitados: pães e todos de consistência normal ou preparações engrossadas.

4.6 Dieta líquida completa

4.6.1 Conceito: dieta de transição em que são fornecidas preparações líquidas ou fluídas, exigindo um mínimo esforço fisiológico quanto aos aspectos digestivos, por provocar pouco estímulo químico e mecânico, como também absorptivos. Composta por alimentos na consistência líquida ou que liquefazem na boca. Dieta com valor total de, aproximadamente, 1600 calorias e 60g de proteína.

4.6.2 Objetivo: favorecer a hidratação e facilitar o trabalho digestório;

4.6.3 Indicação: para pacientes de cirurgia de cabeça e pescoço, pós-operatório, transtornos intestinais, preparo de exame e pacientes incapazes de tolerar alimentos sólidos ou com dificuldade de mastigação e deglutição;

4.6.4 Alimentos recomendados: chás variados; suco, gelatina, sorvete; água de coco; leite puro ou enriquecido (espessamento dos farináceos não pode exceder 3%), bebida láctea; caldos variados, sopas ralas coadas;

4.6.5 Alimentos evitados: todos os alimentos de consistência pastosa e sólidos.

4.7 Dieta líquida-pastosa gelada ou líquida gelada

4.7.1 Conceito: dieta de transição em que são fornecidas preparações líquidas ou fluídas. Composta por alimentos gelados na consistência líquida ou que se liquefazem na boca. Dieta com aproximadamente, 1400 calorias e 50g de proteína;

4.7.2 Objetivo: fornecer alimentos e preparações em temperatura fria (igual ou abaixo de 10°C) para evitar dores e/ou hemorragias;

4.7.3 Indicação: pós-operatório de cirurgias otorrinolaringológicas, algumas doenças do esôfago e mucosites orais;

4.7.4 Observações: constituída de alimentos líquidos ou cremoso a temperatura ambiente, porém servidos GELADOS. Dieta isenta de alimentos ácidos;

4.7.5 Alimentos recomendados: sucos variados, gelatina, sorvete; água de coco; leite puro, leite enriquecido, bebida láctea, iogurte, vitamina, coalhada, coquetéis.

4.8 Dieta líquida de prova

4.8.1 Conceito: dieta restrita de nutrientes, constituída apenas alimentos líquidos à temperatura ambiente, coados, restrito de sacarose, isento de lactose e glúten; com baixa densidade calórica, podendo ser acrescido de maltodextrina.

.

4.8.2 Objetivo: hidratar o paciente minimizando o trabalho do trato gastrointestinal e a presença de resíduo no cólon;

4.8.3 Indicação: para pacientes que necessitem de repouso gastrointestinal, pré e pós-cirúrgicos, preparo para cirurgias ou exames do trato digestivo, após jejum prolongado e para testar o funcionamento digestivo do paciente;

4.8.4 Alimentos recomendados: chás variados coados; suco de polpa de fruta liquidificado, coado e diluído (caju, cajá e acerola) e suco natural de laranja (coado e diluído); água de coco coada; gelatina;

4.8.5 Alimentos evitados: leite de vaca, extrato ou fórmula de soja; suco concentrado não coado ou industrializado, sucos ácidos e outros que não produzem sucos claros; chá mate e chá preto; alimentos espessados com farináceos.

5. CLASSIFICAÇÕES DA DIETA QUANTO AO VOLUME E QUANTIDADE

5.1 Dieta para pediatria 1 (PED 1)

5.1.1 Conceito: dieta para pacientes em idade de alimentação complementar, conforme recomendações do Ministério da Saúde. Deve ser composta por frutas amassadas/raspadas/cortadas, refeições salgadas (vegetais, cereais e leguminosas bem cozidas e carnes pastosas/desfiadas, preparadas com temperos naturais e sem sal), isenta de sacarose e produtos industrializados. Não devem ser liquidificados ou peneirados, apenas amassadas com garfo, com exceção das carnes. Deverá ser oferecido de colher e copo.

5.1.2 Objetivo: fornecer alimentação adequada para faixa etária;

5.1.3 Indicação: para crianças até 24 meses;

5.1.4 Observação: a liberação de mamadeiras, só será permitida com prescrição do nutricionista ou médico. A dieta deverá estar associada a oferta de leite materno e/ou fórmula infantil.

Quadro 4. Alimentos recomendados para dieta da pediatria, conforme idade.

	PED 1	PED 2	PED 3
Idade	(6 a 8 meses)	(9 a 11 meses)	(12 a 24 meses)
Desjejum	Seio materno ou fórmula para idade * Se necessário, adicionar farináceo/mucilagem (até 3%)	Seio materno ou fórmula para idade * Se necessário, adicionar farináceo/mucilagem (até 3%)	Leite integral + cereal ou tubérculo * Papas de farináceos ou purê de inhame, macaxeira, batata doce OU *Leite integral enriquecido com fruta + cereal (pão) OU

			* Fruta + Cereal (cuscuz) com leite
Lanche da manhã	Fruta amassada/raspada	Fruta amassada/raspada	Fruta cortada ou macia
Almoço	Refeição salgada: Hortaliça + Cereal/Tubérculo + Leguminosa + Proteína * Sem Sal * Carnes podem ser liquidificadas * Alimentos bem amassados	Refeição salgada: Hortaliça + Cereal/Tubérculo + Leguminosa + Proteína * Sem Sal * Carnes da dieta líquida-pastosa * Alimentos menos amassados	Refeição salgada: Hortaliça + Cereal/Tubérculo + Leguminosa + Proteína * Com Sal * Carnes da dieta pastosa
Lanche da tarde	Seio materno + Fruta OU Fórmula enriquecida com fruta	Seio materno + Fruta OU Fórmula enriquecida com fruta	Fruta cortada ou macia + Leite + Cereal (ex: tapioca, biscoitos/bolos sem açúcar)
Jantar	Refeição salgada: Hortaliça + Cereal/Tubérculo + Proteína * Sem Sal * Carnes podem ser liquidificadas	Refeição salgada: Hortaliça + Cereal/Tubérculo + Proteína * Sem Sal * Carnes da dieta líquida-pastosa * Alimentos menos amassados	Refeição salgada: Hortaliça + Cereal/Tubérculo + Proteína * Com Sal * Carnes da dieta pastosa
Horários noturnos	Seio materno ou fórmula para idade	Seio materno ou fórmula para idade	Seio materno ou fórmula para idade + Cereal ou Fruta

- Composição das refeições salgadas: ser composta por 1 alimento de cada grupo: Hortaliça (legumes: cenoura, beterraba, jerimum, chuchu, vagem, berinjela; verduras: agrião, alface, espinafre, acelga, couve, repolho, rúcula) + Cereal ou Tubérculo (arroz, macarrão, batata doce, inhame, macaxeira) + Leguminosa (feijão, ervilha, lentilha, grão de bico) + Proteína (carne bovina, ave, peixe e ovos).
- PED 1.1 e PED 1.2, sem adição de sal. Utilizar temperos naturais para preparo: alho, cebola, coentro, cebolinha, orégano, manjeriço. Liberado sal na PED 1.3.
- Não adicionar açúcar em nenhuma preparação ou fórmula láctea, exceto sob solicitação do nutricionista.
- Pode ser liberado fórmula em horários não planejados, conforme solicitação do nutricionista.

5.2 Dieta para pediatria 4 (PED 4)

5.2.1 Conceito: dieta para pacientes em idade pré-escolar, em quantidade reduzida em relação a dieta padrão do adulto.

5.2.2 Objetivo: fornecer alimentação adequada para faixa etária;

5.2.3 Indicação: para crianças de 2 a 6 anos;

5.2.4 Observação: as carnes serão servidas em iscas, em cubos ou moídas; o peixe será oferecido sem espinhas; as sobremesas de doces concentrados serão substituídas por frutas; o leite com café será substituído por leite com achocolatado sem adição de açúcar. A dieta pediátrica seguirá as consistências normal, branda, pastosa, líquida-pastosa e líquida completa, conforme a necessidade do paciente.

5.3 Dieta hipercalórica e/ou hiperprotéica

5.3.1 Conceito: dieta com aumento do aporte calórico e/ou protéico, quando comparado a dieta padrão, para produzir balanço energético positivo e minimizar a resposta catabólica da doença e/ou maximizar a recuperação da desnutrição. Dieta com valor total de, aproximadamente, 2400 calorias e 115g de proteína;

5.3.2 Objetivo: fornecer dieta de acordo com as necessidades individuais do paciente;

5.3.3 Indicação: pacientes em estado de hipercatabolismo, como na desnutrição, traumas, queimaduras, sepse, pós-operatório, cicatrização de feridas, cuja necessidade nutricional não seja suprida pela dieta padronizada;

5.3.4 Observação 1: para o aumento da oferta calórica e/ou proteica, o porcionamento das preparações de alta densidade nesses nutrientes, como: doces, pães, mel, geléia de frutas, azeite extra-virgem, vitaminas, mingaus e fontes de proteína de alto valor biológico, deverá ser aumentado em relação a dieta padrão;

5.3.5 Observação 2: será ofertado um vitamina de fruta hipercalórica/hiperprotéica a ser utilizado até duas vezes ao dia nos lanches.

5.4 Dieta com restrição hídrica

5.4.1 Conceito: Dieta com redução da oferta e volume de alimentos líquidos, sendo ofertado quantidade de até 400ml por dia. O porcionamento de alimentos líquidos de baixa densidade calórica (suco, chá, café, água de coco, café com leite) deve ser reduzido em 50% do volume estabelecido para a dieta padrão;

5.4.2 Objetivo: reduzir a ingestão de líquidos para evitar ou corrigir a sobrecarga hídrica;

5.4.3 Indicação: alguns casos de pacientes com nefropatias, pneumopatias, hepatopatias e cardiopatias;

5.4.4 Observação: o volume de água ofertado para as enfermarias não deve ser modificado. O paciente deve ser orientado pela equipe assistencial quanto ao volume de água a ser ingerido.

5.5 Dieta com aumento do aporte hídrico

5.5.1 Conceito: dieta com aumento da oferta de volume de alimentos líquidos (sucos, chás, água de coco), cujo porcionamento deve ser aumentado em 50% do volume estabelecido para a dieta padrão;

5.5.2 Objetivo: promover a hidratação, repor perdas hídricas excessivas e manter balanço hídrico positivo.

5.5.3 Indicação: desidratação, amamentação, gestante com oligidrânio, constipação intestinal, entre outros.

6. CLASSIFICAÇÕES DA DIETA QUANTO AS CONDIÇÕES ESPECIAIS

6.1 Dieta de baixo resíduo

6.1.1 Conceito: dieta composta por alimentos pobres em fibras e resíduos e isenta de alimentos flatulentos. Deve ser isenta de lactose e reduzido em sacarose. A consistência pode variar entre pastosa a branda. Dieta com valor energético e proteico semelhante à dieta padrão quanto à consistência;

6.1.2 Objetivo: fornecer uma quantidade reduzida de resíduos alimentares para minimizar o peristaltismo, evitar a distensão e a inflamação intestinal;

6.1.3 Indicação: diarreia, pré e pós-operatório de cirurgia de cólon, semiobstrução intestinal, fistulas do trato digestivo, fase aguda das doenças inflamatórias intestinais (colite ulcerativa, doença de Crohn, diverticulite);

Quadro 5. Alimentos recomendados e evitados na dieta de baixo resíduo.

GRUPO DE ALIMENTOS	ALIMENTOS RECOMENDADOS	ALIMENTOS EVITADOS
Pães, cereais arroz e massas	Pães macios (sem leite), bolacha (água e sal e água), biscoito água e sal e água, cereais refinados cozidos como amido de milho e de arroz, macarrão, arroz branco, tapioca, torrada.	Pães integrais ou que contenham leite ou ovos ou queijo ou pães doces, biscoitos doces ou que contenham leite, macarrão e arroz integrais, aveia, farelos.
Hortaliças e tubérculos	Cenoura, chuchu, batata inglesa, abobrinha sem casca e sem sementes, jerimum, inhame, cará cozidos, em pedaços ou em forma de purê ou creme.	Hortaliças cruas, brócolis, pimentão, couve-flor, pepino, batata doce, macaxeira.
Leguminosas	-	Todas.

Frutas	Banana prata, banana maçã, maçã e pêra sem casca, sucos de polpa de frutas.	Demais frutas, principalmente as cítricas.
Leite e derivados	-	Leite de vaca e derivados, e bebida de soja.
Carnes, aves, peixes e ovos	Frango sem pele cozido, assado ou grelhado, peixes cozidos, assados ou grelhados, clara de ovo cozida.	Gema de ovo, carne vermelha, fígado, costela, embutidos, preparações fritas ou à milanesa.
Óleos e gorduras	Todos os óleos vegetais com moderação e com baixo teor de gordura nas preparações.	Molhos com alto teor de gordura, gorduras em excesso e reutilização de óleos.
Açúcar, doces e bebidas	Açúcar com moderação. Adoçante sem lactose.	Doces concentrados; bebidas gaseificadas.
Temperos	Limão, salsa, cebola, alho, coentro, cebolinha, orégano, manjeriço, manjerona, alecrim, louro, colorau, vinagre	Temperos fortes, industrializados e picantes (pimenta).

6.2 Dieta constipante

6.2.1 Conceito: dieta composta por alimentos pobre em fibras insolúveis, com redução de lactose, com a finalidade de diminuir o volume das fezes, prevenir desidratação e perda de peso. Dieta com valor energético e proteico semelhante à dieta padrão quanto à consistência.

6.2.2 Objetivo: fornecer uma quantidade reduzida de resíduos alimentares para minimizar o peristaltismo, melhorar o aspecto das evacuações.

6.2.3 Indicação: quadros de diarreia aguda com aumento da frequência das evacuações;

6.2.4 Observação 1: a suplementação de fibras solúveis e probióticos podem auxiliar no controle do trânsito intestinal e na recuperação da flora intestinal, e será prescrito a critério do nutricionista responsável.

6.2.5 Observação 2: será ofertado um coquetel constipante a ser utilizado até duas vezes ao dia nos lanches;

Quadro 6. Alimentos recomendados e evitados na dieta constipante.

GRUPO DE ALIMENTOS	ALIMENTOS RECOMENDADOS	ALIMENTOS EVITADOS
Pães, cereais, arroz e massas	Pães branco, bolacha (água e sal e água), cereais refinados pré-cozidos (mucilagens) e cereais cozidos como amido de milho e de arroz, macarrão, arroz branco, tapioca, torrada	Pães integrais ou com excesso de doce ou com recheios, cuscuz, macarrão e arroz integrais, aveia, farelos ou mucilagens multicereais ou milho.

Hortalças e tubérculos	Cenoura, chuchu, batata inglesa, abobrinha sem casca e sem sementes, jerimum, inhame e macaxeira cozidos.	Hortalças cruas, brócolis, pimentão, couve-flor, pepino, batata doce.
Leguminosas	Apenas o caldo.	Grão inteiro ou triturado.
Frutas	Banana prata, banana maçã, maçã e pera sem casca, goiaba sem casca e sem semente, refrescos de goiaba, caju, limão, maçã.	Frutas de característica laxantes (laranja, mamão, ameixa, tangerina, manga, melancia, abacaxi), com casca ou com bagaço (maçã, pêra), e alto teor de gordura (abacate)
Leite e derivados	Leite de vaca sem lactose, queijo, iogurte natural, coalhada e bebida de soja. Preparações tipo papa, purês, cremes, arroz de leite (pode utilizar leite de vaca com lactose).	Leite de vaca puro e bebida láctea.
Carnes, aves, peixes e ovos	Carnes macias (cozidas, moídas, purê, ao molho). Ovo cozido.	Carnes duras, crocantes, assados ou empanadas. Ovos fritos.
Óleos e gorduras	Todos os óleos vegetais com moderação e com baixo teor de gordura nas preparações.	Molhos com alto teor de gordura, gorduras em excesso e reutilização de óleos.
Açúcar, doces e bebidas	Açúcar com moderação. Adoçante sem lactose.	Doces concentrados, mel, pães e biscoitos doces, pudim; bebidas gaseificadas.

6.3 Dieta laxante

6.3.1 Conceito: dieta composta por alimentos ricos em fibras (solúveis e insolúveis), com a finalidade de melhorar o trânsito intestinal, facilitando a excreção das fezes. Dieta com valor energético e proteico semelhante à dieta padrão quanto à consistência.

6.3.2 Objetivo: fornecer uma quantidade aumentada de fibras e líquidos para aumentar o peristaltismo e melhorar o aspecto das evacuações;

6.3.3 Indicação: quadros de constipação intestinal causados por erros alimentares, uso de medicamentos, doenças do trato digestivo (neoplasias, hemorroidas), neuropatias, entre outras;

6.3.4 Observação 1: suplementação de fibras insolúveis/solúveis e probióticos podem auxiliar na regulação do trânsito intestinal, e será prescrito a critério do nutricionista responsável;

6.3.5 Observação 2: será ofertado um coquetel laxante a ser utilizado até duas vezes ao dia nos lanches;

Quadro 7. Quadro de alimentos recomendados e evitados na dieta laxante.

GRUPO DE ALIMENTOS	ALIMENTOS RECOMENDADOS	ALIMENTOS EVITADOS
Pães, cereais arroz e massas	Pães, biscoitos e cereais integrais, aveia, granola, cuscuz e preparações a base de milho.	Pães brancos, cereais refinados (farinha de trigo, amido de milho e de arroz).
Hortaliças e tubérculos	Preferir hortalças cruas, brócolis, beterraba, couve, couve-flor, jerimum, abobrinha, quiabo, vagem e tubérculos.	-
Leguminosas	Todas.	-
Frutas	Frutas com casca, com sementes ou com bagaço, laranja, mamão, ameixa, tangerina, manga, morango, melancia, abacaxi, abacate, maracujá, umbu.	Frutas de característica constipante (banana prata, banana maçã, caju) ou sem casca (maçã, pêra, goiaba)
Leite e derivados	Leite (puro, enriquecido, em forma de mingau ou papa, utilizando cereais integrais) e derivados (iogurte, e queijos).	-
Carnes, aves, peixes e ovos	Magros, sem pele e gordura.	Ricos em gordura e sal, como embutidos e enlatados.
Óleos e gorduras	Todos os óleos vegetais com moderação e com baixo teor de gordura nas preparações.	Molhos com alto teor de gordura, gorduras em excesso e reutilização de óleos.
Açúcar, doces e bebidas	Todos com moderação, incluindo geleias e mel.	Doces em excesso.

6.4 Dieta hipolípídica

6.4.1 Conceito: dieta com baixo teor de gorduras e óleos (de 20 a 25% do VET), principalmente das gorduras saturadas (< 7% das calorias totais), até 10% das calorias totais de ácidos graxos poliinsaturados, até 20% das calorias totais de ácidos graxos monoinsaturados e com colesterol < 200mg/ dia. Dieta com valor energético e proteico semelhante à dieta padrão quanto à consistência;

6.4.2 Objetivo: fornecer dieta com baixa quantidade de gordura e com adequado perfil lipídico;

6.4.3 Indicação: prevenir e/ou aliviar sintomas gastrointestinais (dor abdominal, diarreia, flatulência, esteatorréia), tratamento de doenças hepáticas, pancreáticas, da vesícula biliar,

obesidade, síndromes disabsortivas, doenças cardiovasculares, dislipidemias e pré e pós operatórios, quando houver necessidade;

Quadro 8. Alimentos recomendados e evitados na dieta hipolipídica.

GRUPO DE ALIMENTOS	ALIMENTOS RECOMENDADOS	ALIMENTOS EVITADOS
Pães, cereais arroz e massas	Pães, bolo, biscoitos e bolachas com baixo teor de gordura, aveia, cuscuz, tapioca.	Pães doces ou com excesso de gordura, biscoitos amanteigados, salgadinhos industrializados e pastelarias, panquecas, pipocas e bolos industrializados, ou feitos com excesso de gordura (manteiga, leite integral e ovo)
Hortaliças e tubérculos	Todas hortaliças, tubérculos e leguminosas.	-
Frutas	Todas frutas, com exceção das que devem ser evitadas.	Abacate, coco e leite de coco.
Leite e derivados	Leite e iogurte desnatado, queijos com baixo teor de gordura.	Leite e derivados integrais, queijos com alto teor de gordura, creme de leite e leite de coco.
Carnes, aves, peixes e ovos	Magros, sem pele e gordura, em preparações assadas, cozidas e grelhadas e ovos cozidos	Carne vermelha em excesso, com gordura visível, vísceras (fígado), embutidos e enlatados
Óleos e gorduras	Todos os óleos vegetais com moderação e com baixo teor de gordura nas preparações.	Creme vegetal, manteiga, margarina, frituras, maionese, com molhos gordurosos, e reutilização de óleos.
Açúcar, doces e bebidas	Com moderação.	Açúcar em excesso. Evitar doces concentrados.

6.5 Dieta para diabetes mellitus

6.5.1 Conceito: dieta isenta de açúcar de adição, doces e alimentos que contenham alto teor de sacarose ou outros açúcares de alto índice glicêmico. Deverá ter maior teor de fibras em relação a dieta normal, respeitando as recomendações de ingestão diária, com média de 25g/dia. A consistência pode variar de normal a líquida, a depender da prescrição do nutricionista e deverá atender o valor calórico prescrito. O cardápio será baseado na dieta normal, porém com preparações com menor índice glicêmico. Dieta com valor energético e proteico semelhante à dieta padrão quanto à consistência;

6.5.2 Objetivo: auxiliar no controle metabólico da glicose e dos lipídios sanguíneos; e prevenir, retardar ou tratar complicações ligadas à progressão da doença;

6.5.3 Indicação: pacientes com diabetes tipo 1 e tipo 2, em uso crônico ou agudo de alta dosagem de corticosteróides, com resistência à insulina, com hiperglicemias decorrentes de outras patologias ou que necessitam perder peso;

6.5.4 Observação 1: usar adoçante líquido à base de sucralose ou stévia, em substituição ao açúcar (sucos, chá, leite, vitaminas, etc.). Nas preparações submetidas a cocção utilizar adoçante culinário;

6.5.5 Observação 2: No desjejum e lanches, deve ser servido uma fruta, em substituição ao suco e no almoço e jantar deverá ser servido uma preparação à base de legumes ou vegetal folhoso para garantir o aporte de fibras. As guarnições à base de farinhas deverão ser substituídas por outras com menor índice glicêmico.

Quadro 9. Quadro de alimentos recomendados e evitados na dieta para diabético.

GRUPO DE ALIMENTOS	ALIMENTOS RECOMENDADOS	ALIMENTOS EVITADOS
Pães, cereais arroz e massas	Alimentos integrais (arroz, macarrão, pão ou bolacha), tapioca, farelo ou flocos de aveia, farelo ou germe de trigo. Cuscuz adicionado de aveia em flocos.	Pão branco, bolachas e biscoitos (a base de farinha branca e açúcar), massas de pastelaria, farináceo com açúcar, farinha de mandioca, batatas recheadas ou fritas.
Hortaliças, tubérculos e leguminosa	Todas hortaliças, tubérculos e leguminosas	Batata inglesa
Frutas	Todas frutas.	Frutas em calda, água de coco, suco de laranja concentrado.
Leite e derivados	Leite e derivados sem açúcar.	Leite e derivados com açúcar.
Carnes, aves, peixes e ovos	Magros, sem pele e gordura, em preparações assadas, cozidas e grelhadas.	Preparadas com sal, ricos em gordura, salgadas, embutidos e enlatados.
Óleos e gorduras	Todos os óleos vegetais com moderação e com baixo teor de gordura nas preparações.	Molhos com alto teor de gordura, gorduras em excesso e reutilização de óleos.
Açúcar, doces e bebidas	Substituição por adoçantes e alimentos dietéticos (sem açúcar). Usar adoçantes a base de: sucralose ou stévia.	Açúcar ou alimentos que o contêm. Não utilizar adoçantes a base de sacarina, ciclamato de sódio e aspartame.

6.6 Dieta hipossódica

6.6.1 Conceito: dieta composta por alimentos preparados sem acréscimo de sal ou alimentos processados como enlatados, conservas, embutidos, temperos e molhos prontos. Deve-se usar

apenas temperos naturais. Dieta com valor energético e proteico semelhante à dieta padrão quanto à consistência;

6.6.2 Objetivo: reduzir a oferta dietética de sódio para auxiliar no controle da pressão arterial, no balanço hídrico e redução da sobrecarga cardíaca e renal;

6.6.3 Indicação: insuficiência cardíaca congestiva, hipertensão arterial, retenção hídrica (ascite, edema), insuficiência renal aguda e crônica, cirrose e encefalopatia hepática, tratamentos prolongados com corticoide;

6.6.4 Observação 1: será entregue ao paciente no almoço e no jantar, um sachê de sal (1g), que poderá ser ajustado conforme necessidade individual e prescrito pelo nutricionista;

6.6.5 Observação 2: para estimular a aceitabilidade das refeições deverá ser servido molhos especiais (à base de limão, pimenta, especiarias, ervas aromáticas, tomate, etc.) ou sal especial (de ervas, light), conforme necessidade individual e prescrito pelo nutricionista.

Quadro 10. Alimentos recomendados e evitados na dieta hipossódica.

GRUPO DE ALIMENTOS	ALIMENTOS RECOMENDADOS	ALIMENTOS EVITADOS
Pães, cereais arroz e massas	Pães, bolachas e torradas sem sal, biscoito, cereais, macarrão, arroz, cuscuz e tapioca.	Pães e bolachas com adição de sal, salgadinhos industrializados e pastelarias, pipocas e bolos industrializados.
Hortaliças, tubérculos e leguminosa	Todas hortaliças, tubérculos e leguminosas	Conservas de hortaliças, como milho e ervilha enlatados, pickles, azeitona, sopas industrializadas, hortaliças congeladas.
Frutas	Todas as frutas.	-
Leite e derivados	Leite, iogurte e queijos com baixo teor de sódio.	Leite, iogurte e queijos com alto teor de sódio.
Carnes, aves, peixes e ovos	Magros, sem pele e gordura, em preparações assadas, cozidas e grelhadas, preparadas sem sal.	Preparadas com sal, ricos em gordura, salgadas, embutidos e enlatados.
Óleos e gorduras	Todos os óleos vegetais com moderação e com baixo teor de gordura nas preparações.	Molhos com alto teor de gordura, gorduras em excesso e reutilização de óleos.
Açúcar, doces e bebidas	Com moderação.	Açúcar em excesso. Produtos com corantes e conservantes
Temperos	Limão, salsa, cebola, alho, coentro, cebolinha, orégano, manjerição, manjerona, alecrim, louro, noz-moscada, colorau,	Temperos industrializados, sopas desidratadas e enlatadas, caldos e extratos de carne ou galinha concentrados, amaciantes de

	vinagre, canela, cravo da Índia e gengibre	carne, molho de tomate/catchup, mostarda, molhos para salada (soja, barbecue, teriaki, pimenta, inglês, etc.).
--	--	--

6.7 Dieta para doença renal

6.7.1 Dieta para renal hipoprotéica

6.7.1.1 Conceito: dieta normo a hipercalórica, normoglicídica, normolipídica, com controle da oferta proteica, restrita em potássio (1 a 3g por dia), fósforo (< 800mg por dia) e sódio (1 a 3g por dia), composta por alimentos preparados sem acréscimo de sal ou alimentos processados como enlatados, conservas, embutidos, temperos e molhos prontos, garantindo uma adequada oferta de nutrientes para manter um bom estado nutricional. Dieta com valor energético total de 1700 a 2000 calorias, a depender da consistência da dieta, e oferta proteica de, aproximadamente, 60g de proteína;

6.7.1.2 Objetivo: auxiliar na redução ou remissão do edema e do desequilíbrio eletrolítico, retardar a progressão da doença e o desenvolvimento de osteodistrofia renal e complicações relacionadas à patologia;

6.7.1.3 Indicação: pacientes com doença renal aguda ou crônica que necessitam de controle sérico do sódio, potássio, fósforo e proteínas, em tratamento conservador ou não dialítico;

6.7.1.4 Observação 1: será entregue ao paciente no almoço e no jantar, um sachê de sal (1g), que poderá ser ajustado conforme necessidade individual e prescrito pelo nutricionista;

6.7.1.5 Observação 2: para estimular a aceitabilidade das refeições deverá ser servido molhos especiais (à base de limão, pimenta, especiarias, ervas aromáticas, tomate, etc.);

6.7.1.6 Observação 3: São consideradas frutas e vegetais com baixo e médio teor de potássio (< 200mg por porção). Não deve ser ofertada a fruta carambola, pois contém substância tóxica a pacientes renais crônicos;

6.7.1.7 Observação 4: para as leguminosas, raízes e tubérculos deve ser empregada a técnica de remolho para redução do teor de potássio destes alimentos.

Quadro 11. Alimentos recomendados e evitados na dieta para renal hipoproteica.

GRUPO DE ALIMENTOS	ALIMENTOS RECOMENDADOS	ALIMENTOS EVITADOS
Pães, cereais arroz e massas	Pães, bolachas, biscoitos e torradas sem sal, cereais, macarrão, arroz, fubá e tapioca.	Pães, bolachas e biscoitos com adição de sal, salgadinhos industrializados e pastelarias, pipocas e bolos industrializados.
Hortaliças e tubérculos	Alface, berinjela, beterraba cozida, brócolis, cebola, cebolinha, chuchu, cenoura cozida, couve manteiga, couve	Conservas de hortalças, como milho e ervilha enlatados, pickles, azeitona e hortalças congeladas.

	flor, jerimum, pepino, pimentão, quiabo, repolho, vagem, maxixe. Em porções usuais < 100mg.	Sopas (exceto na dieta líquida-pastosa).
Leguminosa	Feijão mulatinho ou macassar ou verde ou preto; grão de bico, ervilha, lentilha. Todos sem caldo (exceto na dieta pastosa e líquida-pastosa). Ofertado 1 porção por dia.	Preparações com uso de embutidos, temperos prontos e adição de sal.
Frutas	Frutas com baixo ou médio teor de potássio (<200mg por porção): abacaxi, ameixa fresca, jabuticaba, jambo, limão, morango, pêssego, pitanga, umbu, acerola, banana maçã, banana da terra cozida, caju, maçã, mamão papaya, manga, melancia, pêra, tangerina, uva.	Frutas ricas em potássio (> 200mg por porção): abacate, banana prata, goiaba, kiwi, laranja pera ou Bahia, maracujá, melão, mamão formosa. Coco, água de coco, uva passa, ameixa e outras frutas secas. Carambola. Sucos concentrados de frutas e industrializados.
Leite e derivados	Leite, iogurte e queijos com baixo teor de sódio. Bebida de soja.	Leite, iogurte e queijos com alto teor de sódio.
Carnes, aves, peixes e ovos	Proteína texturizada de soja, carnes brancas (frango, peixe), ovos. Magros, sem pele e gordura, em preparações assadas, cozidas e grelhadas, preparadas sem sal.	Carnes vermelhas, crustáceos, moluscos e mariscos, vísceras. Preparações com sal, ricas em gordura, salgadas, embutidos e enlatados
Óleos e gorduras	Todos os óleos vegetais com moderação e com baixo teor de gordura nas preparações.	Molhos com alto teor de gordura, gorduras em excesso e reutilização de óleos.
Açúcar, doces e bebidas	Com moderação.	Açúcar em excesso. Produtos contendo corantes e conservantes. Calda de compotas de frutas. Chocolate. Adoçantes contendo sódio e potássio.
Temperos	Limão, salsa, cebola, alho, coentro, cebolinha, orégano, manjeriço, manjericão, alecrim, louro, noz-moscada, colorau, vinagre, canela, cravo da Índia e gengibre	Temperos industrializados, sopas desidratadas e enlatadas, caldos e extratos de carne ou galinha concentrados, amaciantes de carne, molho de tomate/ catchup, mostarda, molhos para salada (soja, barbecue, teriyaki, pimenta, inglês, etc.). Sal dietético.

6.7.2 Dieta para renal hiperprotéica

6.7.2.1 Conceito: dieta hipercalórica, normoglicídica, normolipídica, hiperproteica, restrita em potássio (1 a 3g por dia), fósforo (< 800mg por dia) e sódio (1 a 2,3g por dia), composta por alimentos preparados sem acréscimo de sal ou alimentos processados como enlatados,

conservas, embutidos, temperos e molhos prontos, garantindo uma adequada oferta de nutrientes para manter um bom estado nutricional. Dieta com valor energético total de 1700 a 2000 calorias, a depender da consistência da dieta, e oferta proteica de, aproximadamente, 90g de proteína;

6.7.2.2 Objetivo: auxiliar na redução ou remissão do edema e do desequilíbrio eletrolítico, retardar ou evitar o desenvolvimento de osteodistrofia renal e complicações relacionadas à doença e ao tratamento dialítico;

6.7.2.3 Indicação: pacientes com doença renal aguda ou crônica que necessitam de controle sérico do sódio, potássio, fósforo e de líquidos, em tratamento dialítico ou não dialítico associado a condição hipercatabólica e/ou com necessidade proteica elevada;

6.7.2.4 Observação 1: será entregue ao paciente no almoço e no jantar, um sachê de sal (1g), que poderá ser ajustado conforme necessidade individual e prescrito pelo nutricionista;

6.7.2.5 Observação 2: para estimular a aceitabilidade das refeições deverá ser servido molhos especiais (à base de limão, pimenta, especiarias, ervas aromáticas, tomate, etc.);

6.7.2.6 Observação 3: são consideradas frutas e vegetais com baixo e médio teor de potássio (< 200mg por porção usual). Não deve ser ofertada a fruta carambola, pois contém substância tóxica a pacientes renais crônicos;

6.7.2.7 Observação 4: para as leguminosas, raízes e tubérculos deve ser empregada a técnica de remolho para redução do teor de potássio destes alimentos;

6.7.2.8 Observação 5: pode haver a necessidade de restrição hídrica em casos de oligúria, anúria e/ou tratamento dialítico, sendo prescrito pelo nutricionista e devendo ser ofertado um volume de até 400ml por dia. Nesses casos, o porcionamento de alimentos líquidos de baixa densidade calórica (suco, chá, café, água de coco, café com leite) deve ser reduzido em 50% do volume estabelecido para a dieta padrão. O volume poderá ser ajustado conforme prescrição do nutricionista;

6.7.2.9 Observação 6: o volume de água ofertado para as enfermarias não deve ser modificado. O paciente deve ser orientado pela equipe assistencial quanto ao volume de água a ser ingerido.

Quadro 12. Alimentos recomendados e a serem evitados na dieta para renal hiperprotéica.

GRUPO DE ALIMENTOS	ALIMENTOS RECOMENDADOS	ALIMENTOS EVITADOS
Pães, cereais arroz e massas	Pães, bolachas, biscoitos e torradas sem sal, cereais, macarrão, arroz, fubá e tapioca.	Pães, bolachas e biscoitos com adição de sal, salgadinhos industrializados e pastelarias, pipocas e bolos industrializados.
Hortaliças e tubérculos	Alface, berinjela, beterraba cozida, brócolis, cebola, cebolinha, chuchu, cenoura cozida, couve manteiga, couve flor, jerimum, pepino, pimentão, quiabo, repolho, vagem,	Conservas de hortaliças, como milho e ervilha enlatados, pickles, azeitona e hortaliças congeladas. Sopas (exceto na dieta líquida-pastosa).

	maxixe. Em porções usuais < 100mg.	
Leguminosa	Feijão mulatinho ou macassar ou verde ou preto; grão de bico, ervilha, lentilha. Todos sem caldo (exceto na dieta pastosa e líquida-pastosa). Ofertado 1 porção por dia.	Preparações com uso de embutidos, temperos prontos e adição de sal.
Frutas	Frutas com baixo ou médio teor de potássio (<200mg por porção): abacaxi, ameixa fresca, jabuticaba, jambo, limão, morango, pêssago, pitanga, umbu, acerola, banana maçã, banana da terra cozida, cajú, maçã, mamão papaya, manga, melancia, pêra, tangerina, uva.	Frutas ricas em potássio (> 200mg por porção): abacate, banana prata, goiaba, kiwi, laranja pera ou Bahia, maracujá, melão, mamão formosa. Coco, água de coco, uva passa, ameixa e outras frutas secas. Carambola. Sucos concentrados de frutas e industrializados.
Leite e derivados	Leite, iogurte e queijos com baixo teor de sódio. Bebida à base de soja.	Leite, iogurte e queijos com alto teor de sódio.
Carnes, aves, peixes e ovos	Soja, carnes brancas (frango, peixe), ovos. Magros, sem pele e gordura, em preparações assadas, cozidas e grelhadas, preparadas sem sal.	Carnes vermelhas, crustáceos, moluscos e mariscos, vísceras. Preparações com sal, ricas em gordura, salgadas, embutidos e enlatados.
Óleos e gorduras	Todos os óleos vegetais com moderação e com baixo teor de gordura nas preparações.	Molhos com alto teor de gordura, gorduras em excesso e reutilização de óleos.
Açúcar, doces e bebidas	Com moderação.	Açúcar em excesso. Produtos contendo corantes e conservantes. Calda de compotas de frutas. Chocolate. Adoçantes contendo sódio e potássio.
Temperos	Limão, salsa, cebola, alho, coentro, cebolinha, orégano, manjerição, manjerona, alecrim, louro, noz-moscada, colorau, vinagre, canela, cravo da índia e gengibre.	Temperos industrializados, sopas desidratadas e enlatadas, caldos e extratos de carne ou galinha concentrados, amaciantes de carne, molho de tomate/ catchup, mostarda, molhos para salada (soja, barbecue, teriaki, pimenta, inglês, etc.). Sal dietético.

6.8 Dieta para hepatopatias

6.8.1 Dieta para hepatopatia

6.8.1.1 Conceito: dieta normo a hipercalórica, normoglicídica, normolipídica, hiperproteica com redução no teor de aminoácidos aromáticos e com restrição de sódio (1 a 3g por dia), composta por alimentos preparados sem acréscimo de sal ou alimentos processados como enlatados, conservas, embutidos, temperos e molhos prontos, garantindo uma adequada oferta de nutrientes para manter um bom estado nutricional. Dieta com valor energético total de 1700 a 2000 calorias, a depender da consistência da dieta, e oferta proteica de, aproximadamente, 90g de proteína;

6.8.1.2 Objetivo: auxiliar na redução ou remissão do edema e da ascite, reduzir o risco de encefalopatia e evitar complicações relacionadas à doença;

6.8.1.3 Indicação: pacientes com acometimento hepático agudo ou crônico, tais como: hepatite viral, hepatite alcoólica, cirrose hepática e outras;

6.8.1.4 Observação 1: será entregue ao paciente no almoço e no jantar, um sachê de sal (1g), que poderá ser ajustado conforme necessidade individual e prescrito pelo nutricionista;

6.8.1.5 Observação 2: para estimular a aceitabilidade das refeições deverá ser servido molhos especiais (à base de limão, pimenta, especiarias, ervas aromáticas, tomate, etc.);

6.8.1.6 Observação 3: pode haver a necessidade de restrição hídrica em casos de hiponatremia, sendo prescrito pelo nutricionista e devendo ser ofertado um volume de até 400ml por dia. Nesses casos, o porcionamento de alimentos líquidos de baixa densidade calórica (suco, chá, café, água de coco, café com leite) deve ser reduzido em 50% do volume estabelecido para a dieta padrão. O volume poderá ser ajustado conforme prescrição do nutricionista;

6.8.1.7 Observação 4: pode haver a necessidade de dieta hipolipídica em casos de sinais de colestase (hiperbilirrubinemia, esteatorreia, icterícia). A necessidade de dieta hipolipídica deve ser prescrita pelo nutricionista;

Quadro 13. Alimentos recomendados e evitados na dieta para hepatopatia.

GRUPO DE ALIMENTOS	ALIMENTOS RECOMENDADOS	ALIMENTOS EVITADOS
Pães, cereais arroz e massas	Pães, bolachas e torradas sem sal, biscoitos, cereais, macarrão, arroz, cuscuz e tapioca.	Pães e bolachas com adição de sal, salgadinhos industrializados e pastelarias, pipocas e bolos industrializados.
Hortaliças e tubérculos	Todas.	Conservas de hortaliças, como milho e ervilha enlatados, pickles, azeitona, sopas industrializadas, hortaliças congeladas
Leguminosa	Todos.	Preparações com uso de embutidos, temperos prontos e adição de sal.
Frutas	Todas as frutas.	-

Leite e derivados	Leite, iogurte e queijos com baixo teor de sódio. Bebida a base de soja.	Ricos em gordura ou sal.
Carnes, aves, peixes e ovos	Frango ou peixe sem pele e proteína texturizada de soja. Ovos. Preparações assadas, cozidas e grelhadas, preparadas sem sal.	Carne vermelha e vísceras. Preparadas com sal, ricos em gordura, salgadas, embutidos e enlatados.
Óleos e gorduras	Todos os óleos vegetais com moderação e preparações com baixo teor de gordura.	Molhos com alto teor de gordura, gorduras em excesso e reutilização de óleos.
Açúcar, doces e bebidas	Com moderação	Açúcar em excesso. Produtos contendo corantes e conservantes.
Temperos	Limão, salsa, cebola, alho, coentro, cebolinha, orégano, manjerição, manjerona, alecrim, louro, noz-moscada, colorau, vinagre, canela, cravo da índia e gengibre	Temperos industrializados, sopas desidratadas e enlatadas, caldos e extratos de carne ou galinha concentrados, amaciantes de carne, molho de tomate/ catchup, mostarda, molhos para salada (soja, barbecue, teriaki, pimenta, inglês, etc.).

6.8.2 Dieta para hepatopatia com encefalopatia

6.8.2.1 Conceito: dieta normo a hipercalórica, normoglicídica, normolipídica, normo a hiperproteica com redução no teor de aminoácidos aromáticos e com restrição de sódio (1 a 3g por dia), composta por alimentos preparados sem acréscimo de sal ou alimentos processados como enlatados, conservas, embutidos, temperos e molhos prontos, garantindo uma adequada oferta de nutrientes para manter um bom estado nutricional. Dieta com valor energético total de 1700 a 2000 calorias, a depender da consistência da dieta, e oferta proteica de, aproximadamente, 80g de proteína;

6.8.2.2 Objetivo: auxiliar na redução ou remissão do edema e da ascite, evitar a progressão ou reverter o quadro de encefalopatia hepática e evitar complicações relacionadas à doença;

6.8.2.3 Indicação: pacientes com acometimento hepático agudo ou crônico, tais como: hepatite viral, hepatite alcoólica, cirrose hepática e outras, apresentando quadro de encefalopatia hepática;

6.8.2.4 Observação 1: Deve ser ofertado, preferencialmente, proteína de origem vegetal como soja e seus derivados (proteína texturizada de soja e bebidas de soja), em preparações variadas;

6.8.2.5 Observação 1: será entregue ao paciente no almoço e no jantar, um sachê de sal (1g), que poderá ser ajustado conforme necessidade individual e prescrito pelo nutricionista;

6.8.2.6 Observação 2: para estimular a aceitabilidade das refeições deverá ser servido molhos especiais (à base de limão, pimenta, especiarias, ervas aromáticas, tomate, etc.);

6.8.2.7 Observação 3: pode haver a necessidade de restrição hídrica em casos de hiponatremia ou síndrome hepatorenal com necessidade dialítica, sendo prescrito pelo nutricionista e devendo ser ofertado um volume de até 400ml por dia. Nesses casos, o porcionamento de alimentos líquidos de baixa densidade calórica (suco, chá, café, água de coco, café com leite) deve ser reduzido em 50% do volume estabelecido para a dieta padrão. O volume poderá ser ajustado conforme prescrição do nutricionista;

6.8.2.8 Observação 4: Pode haver a necessidade de dieta hipolipídica em casos de sinais de colestase (hiperbilirrubinemia, esteatorreia, icterícia). A necessidade de dieta hipolipídica deve ser prescrita pelo nutricionista.

Quadro 14. Alimentos recomendados e evitados na dieta para hepatopatia com encefalopatia.

GRUPO DE ALIMENTOS	ALIMENTOS RECOMENDADOS	ALIMENTOS EVITADOS
Pães, cereais arroz e massas	Pães, bolachas e torradas sem sal, biscoitos, cereais, macarrão, arroz, cuscuz e tapioca.	Pães, bolachas com adição de sal, salgadinhos industrializados e pastelarias, pipocas e bolos industrializados.
Hortaliças e tubérculos	Todas as hortaliças e tubérculos.	Conservas de hortaliças, como milho e ervilha enlatados, picles, azeitona, sopas industrializadas, hortaliças congeladas.
Leguminosa	Todos os tipos.	Preparações com uso de embutidos, temperos prontos e adição de sal.
Frutas	Todas as frutas.	-
Leite e derivados	Leite de vaca e derivados com baixo teor de sódio. Bebida de soja. Em preparações tipo papa, leite enriquecido e vitaminas, utilizar bebida de soja.	Leite de vaca e derivados com alto teor de sódio.
Carnes, aves, peixes e ovos	Preferencialmente, proteína texturizada de soja. Frango ou peixe sem pele. Ovos. Preparações assadas, cozidas e grelhadas, preparadas sem sal.	Carne vermelha e vísceras. Preparadas com sal, ricos em gordura, salgadas, embutidos e enlatados.
Óleos e gorduras	Todos os óleos vegetais com moderação e preparações com baixo teor de gordura.	Molhos com alto teor de gordura, gorduras em excesso e reutilização de óleos.

Açúcar, doces e bebidas	Com moderação.	Açúcar em excesso. Produtos contendo corantes e conservantes.
Temperos	Limão, salsa, cebola, alho, coentro, cebolinha, orégano, manjeriço, manjerona, alecrim, louro, noz-moscada, colorau, vinagre, canela, cravo da Índia e gengibre.	Temperos industrializados, sopas desidratadas e enlatadas, caldos e extratos de carne ou galinha concentrados, amaciantes de carne, molho de tomate, catchup, mostarda, molhos para salada (soja, barbecue, teriyaki, pimenta, inglês, etc.).

6.9 Dieta sem lactose

6.9.1 Conceito: fornecer uma dieta isenta de lactose;

6.9.2 Objetivo: evitar reações gastrointestinais como dor e distensão abdominais, além de evacuações diarreicas, proveniente ao consumo da lactose;

6.9.3 Indicação: pacientes com deficiência genética de lactase, diarreia persistente com dano à mucosa intestinal, síndrome do cólon irritável e doenças inflamatórias intestinais;

6.9.4 Observação 1: deverá ser utilizado leites sem lactose ou bebidas vegetais (arroz ou soja). Quando houver necessidade de adoçante não usar as opções em pó. O cardápio deve seguir o padronizado para a consistência da dieta prescrita, com substituição das preparações contendo leite com lactose;

6.9.5 Observação 2: na pediatria, o leite de vaca com lactose deverá ser substituído por fórmulas específicas (sem lactose ou de soja), que devem ser prescritas a critério do nutricionista responsável;

6.9.6 Alimentos evitados: leite líquido ou em pó com lactose, queijo, iogurte, coalhada, creme de leite, cream cheese, nata, manteiga e margarina.

6.10 Dieta para alergia a proteína do leite de vaca

6.10.1 Conceito: dieta com isenção total de proteína do leite de vaca;

6.10.2 Objetivo: evitar as reações alérgicas provenientes da ingestão de proteínas do leite de vaca, sendo mais frequentes os sintomas do trato gastrointestinal, trato respiratório e pele;

6.10.3 Indicação: pacientes com suspeita ou alergia à proteína do leite de vaca;

6.10.4 Observação 1: além das proteínas do leite de vaca, alguns pacientes podem desenvolver alergia às proteínas da soja, ovo, peixe (alimentos mais alergênicos), que nestes casos deverão ser retirados da dieta;

6.10.5 Observação 2: na pediatria, o leite de vaca deverá ser substituído por fórmulas específicas (de soja, extensamente hidrolisada ou de aminoácidos), que devem ser prescritas a critério do nutricionista;

6.10.6 Observação 3: o cardápio deve seguir o padronizado para a consistência da dieta prescrita, com substituição das preparações contendo leite de vaca. Para o preparo dos alimentos, deve-se tomar todas as medidas para não haver contaminação cruzada com alimentos que contenham leite de vaca (uso de utensílios e equipamentos exclusivos e higienização deve ser realizada em local específico, separados da dieta normal). Não se deve cortar, preparar, guardar os alimentos servidos para indivíduos com alergia, no mesmo utensílio ou equipamento onde se manipula alimentos que contenham leite de vaca ou traço. Local e material utilizado para higienização (como esponjas), também devem ser exclusivos;

6.10.7 A dieta deve ser isenta de: leite líquido ou em pó, leite fermentado, composto lácteo, queijo, iogurte, coalhada, creme de leite, cream cheese, nata, e alimentos que contenham: caseína, caseinato, lactoalbumina, lactoglobulina, lactulose, lactose, proteínas do soro, proteína láctea, whey protein ou qualquer outra substância derivada do leite de vaca.

6.11 Dieta isenta de glúten

6.11.1 Conceito: dieta sem alimentos contendo glúten (trigo, malte, centeio, cevada e seus subprodutos). A aveia, apesar de estudos demonstrarem que não contem glúten, não deve estar presente na dieta, devido possibilidade de contaminação durante processamento;

6.11.2 Objetivo: evitar reações provenientes do consumo de glúten em pessoas com intolerância ao glúten ou portadoras de doença celíaca;

6.11.3 Indicação: pacientes com intolerância ao glúten ou portadoras de doença celíaca ou dermatite hepática. Também pode ser indicado nos casos de diarreia crônica e doença inflamatória intestinal;

6.11.4 Observação: o cardápio deve seguir o padronizado para a consistência da dieta prescrita, com substituição das preparações contendo glúten. Para o preparo destes alimentos, deve-se tomar todas as medidas para não haver contaminação cruzada com alimentos que contenham glúten (uso de utensílios e equipamentos exclusivos e higienização deve ser realizada em local específico, separados da dieta normal). Não se deve cortar, preparar, guardar os alimentos servidos para indivíduos com restrição ao glúten, no mesmo utensílio ou equipamento onde se manipula alimentos da dieta normal. Local e material utilizado para higienização (como esponjas), também devem ser exclusivos;

6.11.5 Ingredientes contendo glúten podem ser substituídos por: farinha de arroz, amido de milho (maisena), fécula de batata, milho e seus derivados (fubá, farinha, flocos de milho), farinha de mandioca, tapioca, polvilho doce ou azedo, araruta, trigo-sarraceno, macarrão de cereais (arroz, milho e mandioca).

6.12 Dieta para neutropenia

6.12.1 Conceito: dieta para pacientes imunodeprimidos, contendo alimentos com menor risco de contaminação, com rigoroso controle dos processos de manipulação, preparo, armazenamento e distribuição;

6.12.2 Objetivos: oferecer alimentos com carga microbiana inicial reduzida;

6.12.3 Indicação: pacientes imunodeprimidos ou neutropênicos.

6.12.4 Observação: seguir rigoroso controle na etapa de higienização das frutas e hortaliças. As frutas devem ser manipuladas em ambiente específico, como no setor de complemento oral, sendo embaladas individualmente, imediatamente após a manipulação.

6.12.5 Alimentos permitidos: laticínios pasteurizados, pães aquecidos, biscoitos em embalagens individualizadas; frutas de casca grossa e íntegras (laranja, abacaxi, melão, melancia, banana com a ponta fechada ou cozidas), vegetais, carnes e leguminosas cozidos, sucos de polpa e água de coco (preparado ou aberto e servido na hora, respectivamente).

6.13 Dieta pobre em vitamina K

6.13.1 Conceito: dieta com restrição de alimentos ricos em vitamina K;

6.13.2 Objetivo: evitar a interação droga-nutriente;

6.13.3 Indicação: recomendada para pacientes em uso de medicamentos cujo princípio ativo é a Warfarina (Coumadin®, Marevan® ou Marpoumar®), ou seja, os anticoagulantes orais e para pacientes com deficiência de enzima G6PD;

6.13.4 Alimentos evitados: hortaliças (repolho, alface, hortalã, brócolis, mostarda, espinafre, cebolinha, salsa, folha e talos de couve-flor, folhas de nabo, almeirão, agrião e rúcula); pepino com casca, tomate verde, fígado bovino, gema de ovo, chás de folhas verdes (cidreira, erva doce, mate, hortalã, chá verde, alecrim, poejo); leguminosas (grão-de-bico, lentilha, soja e ervilha verde); frutas (kiwi, abacate, uva, ameixa seca); óleos (soja, algodão, oliva, canola) (preferir óleo de milho).

6.14 Dieta para pós cirurgia bariátrica

6.14.1 Conceito: dieta líquida isenta de lactose e sacarose. Fracionada em 2 em 2 horas;

6.14.2 Objetivos: auxiliar o corpo na adaptação à nova anatomia, favorecer o esvaziamento gástrico e evitar a formação de gases e distensão abdominal;

6.14.3 Indicação: pós-operatório imediato de cirurgia bariátrica;

6.14.4 Observação: a dieta ofertada deverá seguir o **Protocolo de Pós Cirurgia Bariátrica Imediato**, como descrito no quadro 15.

Quadro 15. Protocolo de dieta pós cirurgia bariátrica imediato.

Dia	Horário	Alimentos/Preparação/Quantidade
	07:00	Água de coco ou chá com maltodextrina (1 med) (200mL)

1º Dia	09:00	Água de coco ou chá com maltodextrina (1 med) (200mL)
	11:00	Gelatina diet (4 copinhos de 50 mL)
	13:00	Água de coco ou chá com maltodextrina (1 med) (200mL)
	15:00	Água de coco ou chá com maltodextrina (1 med) (200mL)
	17:00	Água de coco ou chá com maltodextrina (1 med) (200mL)
	19:00	Gelatina diet (4 copinhos de 50 mL)
	21:00	Água de coco ou chá com maltodextrina (1 med) (200mL)
	23:00	Água de coco ou chá com maltodextrina (1 med) (200mL)
2º Dia	07:00	Igual ao 1º dia + 200 mL de água mineral
	09:00	Igual ao 1º dia + 200 mL de água mineral
	11:00	Igual ao 1º dia + 200 mL de água mineral
	13:00	Igual ao 1º dia + 200 mL de água mineral
	15:00	Igual ao 1º dia + 200 mL de água mineral
	17:00	Igual ao 1º dia + 200 mL de água mineral
	19:00	Igual ao 1º dia + 200 mL de água mineral
	21:00	Igual ao 1º dia + 200 mL de água mineral
	23:00	Igual ao 1º dia + 200 mL de água mineral
3º Dia	07:00	Igual ao 1º dia + 200 mL suco de caju com módulo proteico (1 med)
	09:00	Igual ao 1º dia + 200 mL suco de acerola com módulo proteico (1 med)
	11:00	Igual ao 1º dia + 200 mL sopa de legumes
	13:00	Igual ao 1º dia + 200 mL suco de caju com módulo proteico (1 med)
	15:00	Igual ao 1º dia + 200 mL suco de acerola com módulo proteico (1 med)
	17:00	Igual ao 1º dia + 200 mL sopa de legumes
	19:00	Igual ao 1º dia + 200 mL suco de caju com módulo proteico (1 med)
	21:00	Igual ao 1º dia + 200 mL suco de acerola com módulo proteico (1 med)
	23:00	Chá 400mL com maltodextrina (2 med)

6.15 Protocolo de abreviação de jejum

6.15.1 Conceito: dieta líquida de prova (chá ou água) contendo maltodextrina a 12,5% e proteínas do soro do leite ou glutamina, que deve ser ofertada ao paciente durante o período pré-operatório, em 2 etapas. A primeira, 6 horas antes do procedimento cirúrgico (400mL) e a segunda, 3 horas antes do procedimento (200mL);

6.15.2 Objetivos: acelerar a recuperação pós-operatória de pacientes submetidos a cirurgias eletivas, com diminuição de morbidade, do tempo de internação e de reinternações e, consequentemente, dos custos hospitalares;

6.15.3 Indicação: pré-operatório de cirurgias eletivas. Não deve ser aplicada nos casos de gastroparesia, obstruções gástricas e/ou intestinais, refluxo gastroesofágico, bem como nos usuários obesos mórbidos portadores de diabetes.

6.14.4 Observação: a dieta ofertada deverá seguir o **Protocolo de Abreviação de Jejum**, como descrito no quadro 16.

Quadro 16. Protocolo de abreviação de jejum.

Horário	Dieta
6 horas antes*	Líquidos claros (400mL) com maltodextrina (concentração a 12,5%) + 1 medida de proteína do soro do leite. OU Fórmula industrializada de líquidos claros (400mL).
3 horas antes*	Líquidos claros (200mL) com maltodextrina (concentração a 12,5%) + 1 medida de proteína do soro do leite OU Fórmula industrializada de líquidos claros (200mL).

* Do procedimento cirúrgico.

REFERÊNCIAS

- ALVES, E. S. F. et al. **Manual de Dietas Hospitalares**. Disponível em:<http://www.hgv.pi.gov.br/download/201204/HGV25_9251000eac.pdf>. Acesso em: 02 Jun 2015.
- AGUIAR-NASCIMENTO, J. E.; SALOMÃO, A. B.; WAITZBERG, D. L. **Diretriz ACERTO de intervenções nutricionais no perioperatório em cirurgia geral eletiva**. Rev Col Bras Cir 2017; 44(6): 633-648.
- COPPINI, L. Z. **Nutrição e metabolismo em cirurgia metabólica e bariátrica**. 1. ed. Rio de Janeiro: Rubio, 2015.
- DIAS et al. **Dietas orais hospitalares**. In: WAITZBERG, D. L. Nutrição oral, enteral e parenteral na prática clínica. 4ªed. São Paulo: Editora Atheneu. V. 1. Cap.36. p.649 - 663, 2009.
- DOCK-NASCIMENTO, D.B. et al. Dieta oral no ambiente hospitalar: posicionamento da BRASPEN. **BRASPEN Journal**, vol.37, n3, p.207-227, 2022.
- ISOSAKI, M.; CARDOSO, E. **Manual de Dietoterapia e Avaliação Nutricional** - Serviço de Nutrição e Dietética do Instituto do Coração- HCFMUSP. Editora Atheneu, São Paulo 2004.
- MARTINS, C; MEYER, L.R.; SAVI F.; MORIMOTO, I.M.I. **Manual de Dietas Hospitalares**. Nutroclínica: Curitiba, 2001, 278p
- MAHAN, L. K.; ESCOTT-STUM, S. **Krause: Alimentos, Nutrição e Dietoterapia**. 12ed. São Paulo: Elsevier; 2010.
- NOZAKI, V. T.; GRAVENA, A. A. F.; ZANQUETTA, I. C.; BENNEMANN, R. M. **Atendimento nutricional de pacientes hospitalizados**. 1. ed. Rio de Janeiro: Rubio. 2013.
- PEDRUZZI, M. M. B. et al. **Modificações físicas da dieta normal para atendimento ao enfermo**. In: REIS N. T., CALIXTO-LIMA L. Nutrição clínica: bases para prescrição. 1. Ed. Rio de Janeiro: Editora Rubio, 2015. p. 215-218.
- SIMON, M. I. S. S.; ADORNE, E.; SEGABINAZZI, L. et al. **Manual de dietas hospitalares**. São Paulo: Atheneu, 2014.