

ANEXO A. Manual de Dietoterapia do ICESP

INSTITUTO DO CÂNCER DO ESTADO DE SÃO PAULO

MANUAL DE DIETOTERAPIA ICESP

Serviço de Nutrição e Dietética

São Paulo, 2022

Sumário

ANEXO A. MANUAL DE DIETOTERAPIA DO ICESP	1
1. INTRODUÇÃO	3
2. DIETAS DE ROTINA.....	5
1. DIETAS TERAPÊUTICAS.....	27
3.1. DIETA HIPOSSÓDICA – HS	27
3.2. DIETA PARA DIABETES - DM	30
3.3. DIETA POBRE EM IODO - PI.....	33
3.4. DIETA HIPERPROTÉICA E HIPERCALÓRICA - HH	36
3.5. DIETA LAXATIVA - LAX.....	39
3.6. DIETA SEM RESÍDUOS - SR	42
3.7. DIETA HIPOFERMENTATIVA - HF.....	45
3.8. DIETA SEM ÁCIDOS - SAC	47
3.9. DIETA HIPOGORDUROSA – HG	50
3.11. DIETA PARA ENCEFALOPATIA HEPÁTICA - ENCEF	57
3.12. DIETA PARA NEUTROPENIA - NEUTROP	59
3.13. DIETA PARA RESTRIÇÃO HÍDRICA - RH.....	62
3.14. DIETA SÍNDROME DO INTESTINO CURTO - SIC	65
3.14.2. DIETA FASE 2A	66
3.14.3. DIETA FASE 2B	66
3.14.4. DIETA FASE 3	67
3.15. DIETA ISENTA DE GLÚTEN	71
4. DIETA PARA PREPARO DE EXAMES	74
4.1. DIETA PET-CT (TOMOGRAFIA COMPUTADORIZADA POR EMISSÃO DE PÓSITRONS) .	74

1. INTRODUÇÃO

Desde 2008, o câncer tem sido uma das principais causas mundiais de morte entre as doenças e agravos não transmissíveis, especialmente em países de baixo e médio desenvolvimento. No Brasil, estima-se a ocorrência de 600 mil novos casos para cada ano do biênio 2018-2019 (INCA, 2018).

Além do estresse metabólico e conseqüente catabolismo decorrente da própria doença, os efeitos colaterais dos tratamentos, como náuseas, vômitos, disgeusia, xerostomia, mucosite, constipação intestinal e diarreia, contribuem para aumento da desnutrição nessa população, já que podem reduzir a aceitação da dieta principalmente em pacientes hospitalizados (Ferreira *et al.*, 2013).

Além de garantir o fornecimento de nutrientes e o equilíbrio nutricional individualizado para manutenção ou recuperação da saúde, a dieta hospitalar também é responsável por promover bem-estar físico e mental ao paciente internado. Em muitos momentos, ela é capaz de atenuar o sofrimento gerado nesse período em que o indivíduo encontra-se longe de seus familiares e de suas atividades na comunidade e nas relações de trabalho, além de promover conforto frente à ansiedade ao processo de adoecimento (Souza & Nakasato, 2011).

Esse cenário possibilitou o crescimento da gastronomia hospitalar, área cuja finalidade é aliar a prescrição dietética e as restrições alimentares a refeições atrativas e saborosas, respeitando os hábitos regionais, crenças religiosas e influências sócio-culturais (Souza & Nakasato, 2011).

Atualmente o Instituto do Câncer do Estado de São Paulo (ICESP) fornece cerca de 2000 refeições diárias a pacientes hospitalizados (enfermarias, unidades de terapia intensiva, pronto-atendimento) e desospitalizados (quimioterapia ambulatorial e hospital dia) após a avaliação do nutricionista clínico nesses setores, além de acompanhantes e colaboradores da instituição previamente autorizados (médicos plantonistas, colaboradores administrativos, entre outros).

Para pacientes hospitalizados, segue-se um cardápio fixo, em um ciclo de 31 dias, com diferentes preparações modificadas com relação à consistência e dietoterapia, conforme descrito nos capítulos deste manual. Em algumas indicações terapêuticas, como casos de intolerância a lactose e vegetarianismo, o cardápio não foi padronizado, uma vez que as adequações são realizadas pelos nutricionistas clínicos de cada setor, proporcionando maior individualidade no atendimento.

As dietas hospitalares podem ser classificadas como dietas de rotina em que não existem restrições de nutrientes, apenas alterações quanto à consistência dos alimentos, podendo ser líquida, leve, pastosa, branda e geral; e como dietas terapêuticas destinadas às terapias (tratamentos), nas quais são necessárias alterações na composição nutricional das refeições, reduzindo, aumentando ou

ainda excluindo alguns nutrientes. Estão sempre associadas a uma dieta de rotina (Waitzberg, 2017). No ICESP também são oferecidas dietas especiais para preparo de exames, utilizadas por curto período, como a dieta para o preparo do PET-CT (Tomografia Computadorizada por Emissão de Pósitrons).

Visando aumentar a possibilidade de adaptações na dieta dos pacientes, foi elaborado para as refeições principais (almoço e jantar) um cardápio de substituição para cada grupo alimentar, a partir da observação das preparações de maior preferência da população assistida, como salada de alface e tomate, macarrão, batata e cenoura cozidos, gelatina, canja, entre outros.

Nos casos em que o cardápio de substituição não é suficiente para a demanda específica do paciente, como desejos de fase final de vida, internação prolongada ou hábito cultural e/ou religioso, é possível programar a oferta de um alimento ou da preparação específica, com um dia de antecedência, por meio da solicitação do nutricionista clínico do setor, autorização da coordenação do serviço de nutrição e dietética e alinhamento do nutricionista de produção com a empresa terceirizada.

Como a internação hospitalar de pacientes oncológicos pode ser prolongada e ocasionar sofrimento físico e mental, foi elaborado um Projeto chamado Oferta *Apetite*, com o objetivo de incentivar a alimentação e proporcionar alívio emocional. Cinco preparações características do hábito alimentar do brasileiro foram incluídas, como sanduíches, tortas, empadas e pizzas, sendo servidas com salada, suco e sobremesa, podendo haver adaptações para pacientes diabéticos. As opções são apresentadas ao paciente, que seleciona a preparação de sua preferência, permitindo maior autonomia em sua alimentação.

Além das possibilidades apresentadas, mensalmente é oferecido aos pacientes hospitalizados uma refeição temática no almoço, com um cardápio diferenciado e entrega de brinde comestível ou não, como máscaras de carnaval, mini panetone no Natal, bombons na Páscoa, chaveiros, canetas, entre outros.

Como forma de humanizar o atendimento ao doente hospitalizado, o serviço de nutrição participa de um projeto multidisciplinar denominado Projeto *Happy Birthday*, em que o setor de hospitalidade notifica os nutricionistas e psicólogos que atendem os pacientes aniversariantes do dia para cada equipe avaliar a possibilidade de confraternizar com a família e a equipe de saúde. O hospital providencia decoração, lembrança e preparação alimentar conforme dietoterapia permitida naquele momento, como bolo recheado para pacientes sem restrições alimentares, e pudins, milk-shakes ou gelatinas em formato mosaico para pacientes com necessidade de dietoterapia específica.

Além da assistência nutricional aos pacientes, o Serviço de Nutrição promove semanalmente aos acompanhantes dos setores de quimioterapia e radioterapia oficinas de elaboração e degustação

de receitas para auxílio no controle de sintomas decorrentes do tratamento oncológico na Cozinha Experimental.

REFERENCIAS

Brasil. Ministério da Saúde. Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva. Estimativa 2018: Incidência de Câncer no Brasil. Rio de Janeiro: INCA;2017. 126 p.

Ferreira D, Guimarães TG, Marcadenti A. Aceitação de dietas hospitalares e estado nutricional entre pacientes com câncer. Einstein. 2013;11(1):41-6.

Souza MD, Nakasato M. A gastronomia hospitalar auxiliando na redução dos índices de desnutrição entre pacientes hospitalizados. O Mundo da Saúde. 2011;35(2):208-214.

Waitzberg DL. Nutrição Oral, Enteral e Parenteral na Prática Clínica. 5.ed. vol. 1 e 2. Rio de Janeiro: Atheneu; 2017.

2. DIETAS DE ROTINA

2.1. DIETA ÁGUA, CHÁ E GELATINA – ACG

DEFINIÇÃO

Dieta específica composta de água, chá e gelatina que não exige mastigação e facilita na deglutição e digestão.

INDICAÇÃO

Pacientes em pré/ pós operatório ou alterações do trato gastrointestinal, como dieta inicial (dieta de prova).

Grupo alimentares	Alimentos recomendados	Alimentos evitados
Pães, Cereais, Arroz e Massas	Nenhum	Todos
Carnes, Aves, Peixes e Ovos	Nenhum	Todos
Leite e derivados	Nenhum	Todos
Leguminosas	Nenhum	Todos
Legumes e Verduras	Nenhum	Todos
Frutas	Nenhum	Todos
Gorduras, Óleos e Açúcar	Gelatina	Todos

RECOMENDAÇÕES ESPECÍFICAS

- Somente ofertar água, chá e gelatina, adoçados com açúcar ou adoçante.

EXEMPLO DE CARDÁPIO

Alimento	Medida caseira	Gramagem
Desjejum		
Chá	1 copo	200ml
Açúcar	2 sachês	10g
Gelatina	1 unidade	100ml
Almoço		
Chá	1 copo	200ml
Açúcar	2 sachês	10g
Gelatina	1 unidade	100ml
Lanche da tarde		
Chá	1 copo	200ml
Açúcar	2 sachês	10g
Gelatina	1 unidade	100ml
Jantar		
Chá	1 copo	200ml
Açúcar	2 sachês	10g

Gelatina	1 unidade	100ml
Lanche noturno		
Chá	1 copo	200ml
Açúcar	2 sachês	10g
Gelatina	1 unidade	100ml

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL*

CARDÁPIO DIETA ÁGUA, CHÁ E GELATINA			% VD (**)
Valor energético	406,8 kcal ou 97,2 kJ		
Carboidratos	122,9 g		120,9
Proteínas	4,6 g		4,5
Gorduras	0,00		0,0

* Valor referente à média de três dias aleatórios e não consecutivos do cardápio da Instituição.

** % Valores diários de referência com base em uma dieta com 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

REFERENCIAS

Augusto ALP. Terapia Nutricional. São Paulo: Atheneu;1995.

Waitzberg DL. Nutrição Oral, Enteral e Parenteral na Prática Clínica. 5.ed. vol. 1 e 2. Rio de Janeiro: Atheneu; 2017.

1.2. DIETA LÍQUIDA - LIQ

DEFINIÇÃO

Dietas de consistência líquida que devem ser coadas e de rápida digestão.

INDICAÇÃO

Pacientes com dificuldades de mastigação e/ou deglutição, no pré/ pós operatório e alterações do trato gastrointestinal. Com o objetivo de proporcionar repouso ao trato digestório, quando alimentos sólidos não são bem tolerados.

Caso seja mantida por tempo prolongado, pode ocorrer carência de nutrientes, tornando-se necessário um acompanhamento contínuo com complemento nutricional para evitar a desnutrição.

Grupo alimentares	Alimentos recomendados	Alimentos evitados
Pães, Cereais, Arroz e Massas	Sopas batidas, coadas em consistência rala ou levemente espessada	Alimentos de consistência sólida ou pastosa, crus ou cozidos
Carnes, Aves, Peixes e Ovos	Sopas batidas, coadas e caldos em consistência rala ou levemente espessada	Alimentos de consistência sólida ou pastosa, crus ou cozidos
Leite e derivados	Vitamina	Alimentos de consistência sólida ou pastosa, crus ou cozidos
Leguminosas	Sopas batidas, coadas e caldos em consistência rala ou levemente espessada	Alimentos de consistência sólida ou pastosa, crus ou cozidos
Legumes e Verduras	Sopas batidas, coadas e caldos em consistência rala ou levemente espessada	Alimentos de consistência sólida ou pastosa, crus ou cozidos
Frutas	Vitamina	Alimentos de consistência sólida ou pastosa, crus ou cozidos
Gorduras, Óleos e Açúcar	Todos com moderação	Nenhum

RECOMENDAÇÕES ESPECÍFICAS

- Alimentos que estejam na consistência líquida (água, chás, café, sucos coados, bebidas isotônicas, água de coco, gelatina e iogurtes sem pedaços).
- Evitar condimentos fortes e picantes.
- Evitar bebidas alcoólicas e gaseificadas.
- A dieta *Líquida Fria* possui as mesmas definições e alimentos/ preparações da dieta Líquida; apenas a temperatura dos alimentos deverá estar adequada à característica solicitada em prescrição.

EXEMPLO DE CARDÁPIO

Alimento	Medida caseira	Gramagem
Desjejum		
Café com leite	1 copo	50ml / 150ml
Açúcar	2 sachês	10g
Suco industrializado	1 unidade	100-200ml
Iogurte líquido	1 unidade	90-170ml
Gelatina	1 unidade	100ml
Almoço		

Sopa batida (composta de legumes, verduras, cereais e proteína animal)	1 porção	200ml
Caldo de feijão	1 porção	200ml
Gelatina	1 unidade	100ml
Suco industrializado	1 unidade	100-200ml
Lanche da tarde		
Leite com achocolatado	1 copo	200ml
Gelatina	1 unidade	100ml
Suco industrializado / água de coco	1 unidade	100-200ml
Jantar		
Sopa batida (composta de legumes, verduras, cereais e proteína animal)	1 porção	200ml
Caldo de feijão	1 porção	200ml
Gelatina	1 unidade	100ml
Suco industrializado	1 unidade	100-200ml
Lanche noturno		
Chá	1 copo	200ml
Açúcar	2 sachês	10g
Gelatina	1 unidade	100ml

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL*

CARDÁPIO DIETA LÍQUIDA		% VD (**)
Valor energético	1954,4 kcal ou 467,1 kJ	
Carboidratos	399,2 g	81,7
Proteínas	48,2 g	9,9
Gorduras	21,8 g	10,0

* Valor referente à média de três dias aleatórios e não consecutivos do cardápio da Instituição.

** % Valores diários de referência com base em uma dieta com 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

REFERENCIAS

Augusto ALP. Terapia Nutricional. São Paulo: Atheneu;1995.

Waitzberg DL. Nutrição Oral, Enteral e Parenteral na Prática Clínica. 5.ed. vol. 1 e 2. Rio de Janeiro: Atheneu; 2017.

1.3. DIETA LEVE - LE

DEFINIÇÃO

Dieta de consistência semi-sólida, com alimentos cozidos e moídos ou sofrer ação mecânica para serem oferecidos moídos ou desfiados, requerendo o mínimo de trabalho do trato digestivo.

INDICAÇÃO

Pacientes com dificuldades de mastigação e/ou deglutição, nos pré/pós-operatório e alterações do trato gastrointestinal.

Grupo alimentares	Alimentos recomendados	Alimentos evitados
Pães, Cereais, Arroz e Massas	Bolachas doce e salgada, pão macio, consomês, cremes, sopas e mingaus	Nenhum, exceto aqueles com adição de sal
Carnes, Aves, Peixes e Ovos	Caldos, consomês, cremes e sopas	Embutidos (salsicha, linguiça), bacon, banha, frios e ovos
Leite e derivados	Vitamina de frutas, iogurtes, queijos macios ou cremosos com pouca gordura (queijo branco, ricota, requeijão, cream cheese)	Queijos gordurosos (gorgonzola, parmesão, mussarela, cheddar) ou duros
Leguminosas	Preparações em forma de caldos	Grãos inteiros (feijão, ervilha, lentilha, grão de bico)
Legumes e Verduras	Preparações em forma de caldos, consomês, cremes, sopas com legumes cozidos em pedaços e purês sem casca e sem sementes	Verduras e legumes crus, duros e flatulentos (pimentão, repolho, brócolis)
Frutas	Preparações em forma de purê, suco, vitamina. Frutas cruas macias (mamão, melancia e banana) e cozidas sem casca e sem sementes	Frutas cruas duras
Gorduras, Óleos e Açúcar	Todos com moderação, em forma de gelatina, pudim e flan	Doces concentrados (marmelada, goiabada) e gordurosos (mousse)

RECOMENDAÇÕES ESPECÍFICAS

- Evitar bebidas alcoólicas e gaseificadas.
- Evitar condimentos fortes e picantes (pimenta, páprica, mostarda, catchup, maionese, molho inglês).
- Evitar enlatados em geral: palmito, ervilha, milho verde, sardinha, atum.
- Consumir doces concentrados com moderação.

EXEMPLO DE CARDÁPIO

Alimento	Medida caseira	Gramagem
Desjejum		
Café com leite	1 copo	50ml / 150ml

Açúcar	2 sachês	10g
Pão macio	2 unidades	50g
Margarina com sal	1 sachê	10g
Cream cheese	1 sachê	18g
Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
iogurte	1 unidade	90-170ml
Almoço		
Caldo de feijão	1 porção	200ml
Guarnição (purê de legumes / verduras)	1 porção	200g
Doce simples / Fruta crua	1 unidade / 1 porção	100g
Suco industrializado	1 unidade	100-200ml
Lanche da tarde		
Leite com achocolatado	1 copo	200ml
Pão macio / bolo simples	1 unidade	25g / 40-60g
Margarina com sal	1 sachê	10g
Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
Jantar		
Sopa (composta de legumes, verduras, cereais e proteína animal)	1 porção	200ml
Guarnição (purê de legumes / verduras)	1 porção	200g
Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
Suco industrializado	1 unidade	100-200ml
Lanche noturno		
Chá	1 copo	200ml
Açúcar	2 sachês	10g
Biscoito salgado / biscoito doce	2 sachês	9,5g / 12g
Geléia	1 sachê	15g

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL*

	CARDÁPIO DIETA LEVE	% VD (**)
Valor energético	1909,3 kcal ou 456,33 kJ	
Carboidratos	324,6 g	68,0
Proteínas	49,7 g	10,4
Gorduras	49,6 g	23,4

* Valor referente à média de três dias aleatórios e não consecutivos do cardápio da Instituição.

** % Valores diários de referência com base em uma dieta com 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

REFERENCIAS

Augusto ALP. Terapia Nutricional. São Paulo: Atheneu;1995.

Waitzberg DL. Nutrição Oral, Enteral e Parenteral na Prática Clínica. 5.ed. vol. 1 e 2. Rio de Janeiro: Atheneu; 2017.

1.4. DIETA LEVE COM PRATO PRINCIPAL - LEPPL

DEFINIÇÃO

Dieta de consistência semi-sólida, com alimentos cozidos e moídos ou sofrer ação mecânica para serem oferecidos moídos ou desfiados, requerendo o mínimo de trabalho do trato digestivo. Nesta dieta há o acréscimo de prato principal.

INDICAÇÃO

Pacientes com dificuldades de mastigação e/ou deglutição, nos pré ou pós-operatório e alterações do trato gastrointestinal.

Grupo alimentares	Alimentos recomendados	Alimentos evitados
Pães, Cereais, Arroz e Massas	Bolachas doce e salgada, pão macio, consomês, cremes, sopas e mingaus	Nenhum, exceto aqueles com adição de sal
Carnes, Aves, Peixes e Ovos	Carne, frango ou peixe, moído ou desfiado, com ou sem molho	Embutidos (salsicha, linguiça), bacon, banha, frios e ovos
Leite e derivados	Vitamina de frutas, iogurtes, queijos macios ou cremosos com pouca gordura (queijo branco, ricota, requeijão, cream cheese)	Queijos gordurosos (gorgonzola, parmesão, mussarela, cheddar) ou duros
Leguminosas	Preparações em forma de caldos	Grãos inteiros (feijão, ervilha, lentilha, grão de bico)
Legumes e Verduras	Preparações em forma de caldos, consomês, cremes, sopas com legumes cozidos em pedaços e purês sem casca e sem sementes	Verduras e legumes crus, duros e flatulentos (pimentão, repolho, brócolis)
Frutas	Preparações em forma de purê, suco, vitamina. Frutas cruas macias (mamão, melancia e banana) e cozidas sem casca e sem sementes	Frutas cruas duras
Gorduras, Óleos e Açúcar	Todos com moderação, em forma de gelatina, pudim e flan	Doces concentrados (marmelada, goiabada) e gordurosos (mousse)

RECOMENDAÇÕES ESPECÍFICAS

- Evitar bebidas alcoólicas e gaseificadas.

- Evitar condimentos fortes e picantes (pimenta, páprica, mostarda, catchup, maionese, molho inglês).
- Evitar enlatados em geral: palmito, ervilha, milho verde, sardinha, atum.
- Consumir doces concentrados com moderação.

EXEMPLO DE CARDÁPIO

Alimento	Medida caseira	Gramagem
Desjejum		
Café com leite	1 copo	50ml / 150ml
Açúcar	2 sachês	10g
Pão macio	2 unidades	50g
Margarina com sal	1 sachê	10g
Cream cheese	1 sachê	18g
Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
Iogurte	1 unidade	90-170ml
Almoço		
Caldo de feijão	1 porção	200ml
Guarnição (purê de legumes / verduras)	1 porção	200g
Prato principal desfiado / moído (carne vermelha / frango / peixe / ovo)	1 porção / 2 unidades	120g
Doce simples / Fruta crua	1 unidade / 1 porção	100g
Suco industrializado	1 unidade	100-200ml
Lanche da tarde		
Leite com achocolatado		200ml
Pão macio / bolo simples	1 unidade	25g / 40-60g
Margarina com sal	1 sachê	10g
Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
Jantar		
Sopa (composta de legumes, verduras, cereais e proteína animal)	1 porção	200ml
Guarnição (purê de legumes / verduras)	1 porção	200g
Prato principal desfiado / moído (carne vermelha / frango / peixe / ovo)	1 porção / 2 unidades	120g
Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
Suco industrializado	1 unidade	100-200ml
Lanche noturno		
Chá	1 copo	200ml
Açúcar	2 sachês	10g
Biscoito salgado / biscoito doce	2 sachês	9,5g / 12g
Geléia	1 sachê	15g

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL*

CARDÁPIO DIETA LEVE COM PRATO PRINCIPAL		% VD (**)
Valor energético	2334,1 kcal ou 557,8 kJ	
Carboidratos	324,6 g	55,6
Proteínas	114,5 g	19,6
Gorduras	66,4 g	25,6

* Valor referente à média de três dias aleatórios e não consecutivos do cardápio da Instituição.

** % Valores diários de referência com base em uma dieta com 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

REFERENCIAS

Augusto ALP. Terapia Nutricional. São Paulo: Atheneu;1995.

Waitzberg DL. Nutrição Oral, Enteral e Parenteral na Prática Clínica. 5.ed. vol. 1 e 2. Rio de Janeiro: Atheneu; 2017.

1.5. DIETA LEVE LIQUIDIFICADA – LELIQ

DEFINIÇÃO

Dieta de consistência líquida ou liquidificada que não exige mastigação e facilita a deglutição e digestão.

INDICAÇÃO

Pacientes com dificuldades de mastigação e/ou disfagia a sólidos, nos períodos pré ou pós operatórios e alterações do trato gastrointestinal.

Grupo alimentares	Alimentos recomendados	Alimentos evitados
Pães, Cereais, Arroz e Massas	Alimentos liquidificados e preparações em forma de sopa, mingau ou purê em consistência rala ou levemente espessada	Alimentos de consistência sólida
Carnes, Aves, Peixes e Ovos	Sopas batidas a base de carnes, aves ou peixes em consistência rala ou levemente espessada	Alimentos de consistência sólida
Leite e derivados	Leite, iogurte líquido e vitamina de frutas	Alimentos de consistência sólida
Leguminosas	Alimentos liquidificados e preparações em forma de caldo, sopa ou purê em consistência rala ou levemente espessada	Alimentos de consistência sólida
Legumes e Verduras	Alimentos liquidificados e preparações em forma de caldo, sopa ou purê em consistência rala ou levemente espessada	Alimentos de consistência sólida
Frutas	Sucos e vitaminas. Frutas em forma de purê ou papa em consistência rala ou levemente espessada	Alimentos de consistência sólida
Gorduras, Óleos e Açúcar	Todos com moderação, em forma de gelatina ou spumone	Alimentos de consistência sólida

RECOMENDAÇÕES ESPECÍFICAS

- Evitar bebidas alcoólicas e gaseificadas.
- Evitar condimentos fortes e picantes (pimenta, páprica, mostarda, catchup, maionese, molho inglês).
- Consumir doces concentrados com moderação.

EXEMPLO DE CARDÁPIO

Alimento	Medida caseira	Gramagem
Desjejum		
Café com leite	1 copo	50ml / 150ml
Açúcar	2 sachês	10g
Mingau	1 porção	200ml
Papa de fruta	1 unidade	100g
logurte líquido	1 unidade	90-170ml
Almoço		
Caldo de feijão	1 porção	200ml
Sopa batida (composta de legumes, verduras, cereais e proteína animal)	1 porção	200g
Papa de fruta	1 unidade	100g
Suco industrializado	1 unidade	100-200ml
Lanche da tarde		
Leite com achocolatado	1 copo	200ml
Mingau	1 porção	200ml
Papa de fruta	1 unidade	100g
Jantar		
Caldo de feijão	1 porção	200ml
Sopa batida (composta de legumes, verduras, cereais e proteína animal)	1 porção	200ml
Papa de fruta	1 unidade	100g
Suco industrializado	1 unidade	100-200ml
Lanche noturno		
Chá	1 copo	200ml
Açúcar	2 sachês	10g
Vitamina de frutas	1 copo	200ml

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL*

CARDÁPIO DIETA LEVE LIQUIDIFICADA		% VD (**)
Valor energético	1872,3 kcal ou 447,5 kJ	
Carboidratos	320,2 g	68,4
Proteínas	73,0 g	15,6
Gorduras	38,1 g	18,3

* Valor referente à média de três dias aleatórios e não consecutivos do cardápio da Instituição.

** % Valores diários de referência com base em uma dieta com 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

REFERENCIAS

Augusto ALP. Terapia Nutricional. São Paulo: Atheneu;1995.

Waitzberg DL. Nutrição Oral, Enteral e Parenteral na Prática Clínica. 5.ed. vol. 1 e 2. Rio de Janeiro: Atheneu; 2017.

1.6. DIETA PASTOSA – P

DEFINIÇÃO

Dieta de consistência pastosa, com alimentos que sofrem ação mecânica, visando facilitar a mastigação, deglutição e digestão.

INDICAÇÃO

Pacientes com dificuldade na mastigação e deglutição, dentição incompleta, problemas neurológicos, traumatismos na região bucal, disfagia e alguns pós operatórios.

Grupo alimentares	Alimentos recomendados	Alimentos evitados
Pães, Cereais, Arroz e Massas	Arroz pastoso, macarrão, bisnaga doce, pães macios, bolos caseiros	Torradas, bolachas, pão francês
Carnes, Aves, Peixes e Ovos	Carne, frango ou peixe desfiado ou moído, com ou sem molho. Ovo cozido, mexido ou omelete.	Carnes cruas ou mal passadas, ovo com gema mole ou frito. Embutidos (salsicha, linguiça), bacon, banha e frios
Leite e derivados	Vitamina de frutas, iogurtes, queijos macios ou cremosos com pouca gordura (queijo branco, ricota, cream cheese e requeijão)	Queijos gordurosos (gorgonzola, parmesão, mussarela, cheddar) ou duros
Leguminosas	Consomês, caldos, purês e sopas cremosas	Grãos inteiros (feijão, ervilha, lentilha, grão de bico, soja)
Legumes e Verduras	Cozidos picados, em preparações em forma de purê, caldos, consomês, cremes e sopas	Verduras, legumes e frutas cruas duras
Frutas	Sucos e vitaminas. Frutas cozidas picadas com ou sem calda, cruas macias picadas ou raspadas em forma de papa (mamão, banana, abacate, melancia)	Frutas de consistência sólida cruas ou mal cozidas, frutas fibrosas cruas ou cozidas (abacaxi)
Gorduras, Óleos e Açúcar	Gelatina, pudim, sagu, arroz doce, flans, mousse, sorvete, geléia, margarina, manteiga, requeijão, mel	Doces concentrados como marmelada e goiabada

RECOMENDAÇÕES ESPECÍFICAS

- Evitar embutidos (salsicha, linguiça), enlatados, frios e conservas.
- Evitar condimentos fortes e picantes: mostarda, catchup, maionese e outros.
- Evitar bebidas alcoólicas e gaseificadas.

EXEMPLO DE CARDÁPIO

Alimento	Medida caseira	Gramagem
Desjejum		
Café com leite	1 copo	50ml / 100ml
Açúcar	2 sachês	10g
Pão bisnaga	2 unidades	50g
Margarina com sal	1 sachê	10g
Cream cheese	1 sachê	18g
Fruta crua macia	1 porção / 1 unidade	100g
Iogurte	1 unidade	90-170ml
Almoço		
Arroz branco pastoso	1 porção	100g
Caldo de feijão	1 porção	200ml

Prato principal desfiado / moído (carne vermelha / frango / peixe / ovo)	1 porção / 2 unidades	120g
Guarnição (purê de legumes / verduras)	1 porção	100g
Doce simples / Fruta crua	1 unidade / 1 porção	100g
Suco industrializado	1 unidade	100-200ml
Lanche da tarde		
Leite com achocolatado	1 copo	200ml
Pão macio / bolo simples	1 unidade	25g / 40-60g
Margarina com sal	1 sachê	10g
Fruta crua macia	1 porção / 1 unidade	100g
Jantar		
Arroz branco pastoso	1 porção	100g
Sopa (composta de legumes, verduras, cereais e proteína animal)	1 porção	200ml
Prato principal desfiado / moído (carne vermelha / frango / peixe / ovo)	1 porção / 2 unidades	120g
Guarnição (purê de legumes / verduras)	1 porção	100g
Fruta crua macia	1 porção / 1 unidade	100g
Suco industrializado	1 unidade	100-200ml
Lanche noturno		
Chá	1 copo	200ml
Açúcar	2 sachês	10g
Pão macio	1 unidade	25g
Geléia	1 sachê	15g

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL*

	CARDÁPIO DIETA PASTOSA	% VD (**)
Valor energético	2429,8 kcal ou 580,7 kJ	
Carboidratos	352,7 g	58,1
Proteínas	118,1 g	19,4
Gorduras	60,8 g	22,5

* Valor referente à média de três dias aleatórios e não consecutivos do cardápio da Instituição.

** % Valores diários de referência com base em uma dieta com 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

REFERENCIAS

Augusto ALP. Terapia Nutricional. São Paulo: Atheneu;1995.

Waitzberg DL. Nutrição Oral, Enteral e Parenteral na Prática Clínica. 5.ed. vol. 1 e 2. Rio de

Janeiro: Atheneu; 2017.

1.7. DIETA PASTOSA BATIDA – PB

DEFINIÇÃO

Dieta de consistência liquidificada que não exige mastigação facilitando a deglutição e digestão.

INDICAÇÃO

Pacientes que apresentam dificuldade de mastigação e/ou disfagia a sólidos, pré/pós-operatórios, como transição entre dieta via enteral para via oral.

Grupo alimentares	Alimentos recomendados	Alimentos evitados
Pães, Cereais, Arroz e Massas	Alimentos liquidificados e preparações em forma de sopa, mingau ou purê em consistência cremosa ou moderadamente espessada	Alimentos de consistência sólida
Carnes, Aves, Peixes e Ovos	Carnes, aves, peixes ou ovos batidos	Carnes, aves, peixes ou ovos em pedaços. Embutidos (salsicha, linguiça), bacon, banha e frios
Leite e derivados	Leite, mingau em consistência cremosa ou moderadamente espessada, iogurte firme	Alimentos de consistência sólida
Leguminosas	Em forma de sopa ou purê em consistência cremosa ou moderadamente espessada	Alimentos de consistência sólida
Legumes e Verduras	Em forma de sopa ou purê em consistência cremosa ou moderadamente espessada	Alimentos de consistência sólida
Frutas	Sucos. Frutas em forma de purê ou papa em consistência cremosa ou moderadamente espessada	Alimentos de consistência sólida
Gorduras, Óleos e Açúcar	Pudim, flans, mousse	Gelatina, doces concentrados, alimentos fritos

EXEMPLO DE CARDÁPIO

Alimento	Medida caseira	Gramagem
Desjejum		
Café com leite	1 copo	50ml / 100ml
Açúcar	2 sachês	10g
Mingau	1 porção	200ml
Papa de fruta	1 unidade	100g
logurte consistência firme	1 unidade	90-100ml
Almoço		
Arroz branco batido	1 porção	100g
Feijão batido	1 porção	80g
Prato principal batido (carne vermelha / frango / peixe)	1 porção	120g
Guarnição (purê de legumes / verduras)	1 porção	100g
Papa de fruta	1 unidade	100g
Suco industrializado	1 unidade	100-200ml
Lanche da tarde		
Leite com achocolatado	1 copo	200ml
Mingau	1 porção	200ml
Papa de fruta	1 unidade	100g
Jantar		
Arroz branco batido	1 porção	100g
Sopa batida (composta de legumes, verduras, cereais e proteína animal)	1 porção	200ml
Prato principal batido (carne vermelha / frango / peixe)	1 porção	120g
Guarnição (purê de legumes / verduras)	1 porção	100g
Papa de fruta	1 unidade	100g
Suco industrializado	1 unidade	100-200ml
Lanche noturno		
Chá	1 copo	200ml
Açúcar	2 sachês	10g
Mingau	1 porção	200ml
Papa de fruta	1 unidade	100g

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL*

CARDÁPIO DIETA PASTOSA BATIDA		% VD (**)
Valor energético	2496,1 kcal ou 596,6 kJ	
Carboidratos	389,1 g	62,3
Proteínas	126,3 g	20,2

Gorduras	52,7 g	19,0
-----------------	--------	------

* Valor referente à média de três dias aleatórios e não consecutivos do cardápio da Instituição.

** % Valores diários de referência com base em uma dieta com 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

REFERENCIAS

Augusto ALP. Terapia Nutricional. São Paulo: Atheneu;1995.

Waitzberg DL. Nutrição Oral, Enteral e Parenteral na Prática Clínica. 5.ed. vol. 1 e 2. Rio de Janeiro: Atheneu; 2017.

1.8. DIETA BRANDA - B

DEFINIÇÃO

Dieta de transição para dieta geral, em que as fibras e o tecido conectivo das carnes estão abrandados pela cocção, a fim de facilitar a digestão.

INDICAÇÃO

Pacientes que apresentam alterações gastrointestinais, pré/pós-operatórios ou alteração de mastigação e/ou deglutição.

Grupo alimentares	Alimentos recomendados	Alimentos evitados
Pães, Cereais, Arroz e Massas	Arroz, massas, pães macios	Todos os demais
Carnes, Aves, Peixes e Ovos	Carnes bovinas magras, frango e peixe sem pele e ovos	Carnes gordurosas, embutidos (salsicha, linguiça), bacon, banha e frios
Leite e derivados	Vitamina de frutas e iogurtes. Queijos com pouca gordura (queijo branco, ricota, cream cheese e requeijão)	Queijos gordurosos (parmesão, provolone, mussarela, etc)
Leguminosas	Na forma de caldos ou sopas	Grãos inteiros (feijão, ervilha, lentilha, grão de bico, soja)
Legumes e Verduras	Legumes e verduras cozidos em consistência macia ou em forma de sopas e purês	Alimentos duros
Frutas	Sucos e vitaminas. Frutas cruas com consistência macia, sem casca e sem sementes ou cozidas com ou sem calda	Alimentos duros
Gorduras, Óleos e Açúcar	Mel, manteiga, bolo simples, bolacha de maisena, mingau, pudim, flan	Frituras em geral, conservas em óleo, doces concentrados

EXEMPLO DE CARDÁPIO

Alimento	Medida caseira	Gramagem
Desjejum		
Café com leite	1 copo	50ml / 100ml
Açúcar	2 sachês	10g
Pão macio	2 unidades	50g
Margarina com sal	1 sachê	10g
Cream cheese	1 sachê	18g
Fruta crua macia	1 porção / 1 unidade	100g
Iogurte	1 unidade	90-170ml
Almoço		
Salada simples com 2 componentes cozidos (legumes / verduras)	1 porção	40g-60g
Azeite de oliva extra virgem	1 sachê	8ml
Vinagre	1 sachê	8ml
Sal	1 sachê	1g
Arroz branco	1 porção	100g
Caldo de feijão	1 porção	200ml

Prato principal macio (carne vermelha / frango / peixe / ovo)	1 porção / 2 unidades	120g-150g
Guarnição (legumes / verduras / massas)	1 porção	80-120g
Doce simples / fruta crua	1 unidade / 1 porção	100g
Suco industrializado	1 unidade	100-200ml
Lanche da tarde		
Leite com achocolatado	1 copo	200ml
Pão macio / bolo simples	1 unidade	25g / 40-60g
Margarina com sal	1 sachê	10g
Fruta crua macia	1 porção / 1 unidade	100g
Jantar		
Salada simples com 2 componentes cozidos (legumes / verduras)	1 porção	40g-60g
Azeite de oliva extra virgem	1 sachê	8ml
Vinagre	1 sachê	8ml
Sal	1 sachê	1g
Sopa (composta de legumes, verduras, cereais e proteína animal)	1 porção	200ml
Arroz branco	1 porção	100g
Prato principal macia (carne vermelha / frango / peixe / ovo)	1 porção / 2 unidades	120g-150g
Guarnição (legumes / verduras / massas)	1 porção	80-120g
Fruta crua macia	1 porção / 1 unidade	100g
Suco industrializado	1 unidade	100-200ml
Lanche noturno		
Chá	1 copo	200ml
Açúcar	2 sachês	10g
Biscoito salgado / biscoito doce	2 sachês	9,5g / 12g
Geléia	1 sachê	15g

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL*

	CARDÁPIO DIETA BRANDA	% VD (**)
Valor energético	2652,8 kcal ou 634,0 kJ	
Carboidratos	371,7 g	56,0
Proteínas	121,2 g	18,3
Gorduras	76,8 g	26,0

* Valor referente à média de três dias aleatórios e não consecutivos do cardápio da Instituição.

** % Valores diários de referência com base em uma dieta com 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

REFERENCIAS

Augusto ALP. Terapia Nutricional. São Paulo: Atheneu;1995.

Waitzberg DL. Nutrição Oral, Enteral e Parenteral na Prática Clínica. 5.ed. vol. 1 e 2. Rio de Janeiro: Atheneu; 2017.

1.9. DIETA GERAL - G

DEFINIÇÃO

Dieta para pacientes que não necessitam de restrições específicas, sendo capaz de fornecer os nutrientes e calorias em quantidades adequadas para manutenção da saúde.

INDICAÇÃO

Pacientes que não necessitam de dieta específica nem de modificações dietoterápicas, e que mantém preservadas as funções de mastigação, deglutição e gastrointestinais.

Grupo alimentares	Alimentos recomendados	Alimentos evitados
Pães, Cereais, Arroz e Massas	Todos	Nenhum
Carnes, Aves, Peixes e Ovos	Carnes bovinas magras, frango e peixe sem pele e ovos	Carnes gordurosas, embutidos (salsicha, linguiça), bacon, banha e frios
Leite e derivados	Vitamina de frutas e iogurtes. Queijos com pouca gordura (queijo branco, ricota, cream cheese e requeijão)	Queijos gordurosos (parmesão, provolone, mussarela, etc)
Leguminosas	Todos (feijão, lentilha, grão de bico, ervilha, soja)	Nenhuma
Legumes e Verduras	Todos	Nenhum
Frutas	Todas	Nenhuma
Gorduras, Óleos e Açúcar	Mel, manteiga, geleia, bolo simples, bolacha de maisena, temperos naturais (orégano, salsa, cebolinha, etc)	Frituras em geral, conservas em óleo

EXEMPLO DE CARDÁPIO

Alimento	Medida caseira	Gramagem
Desjejum		
Café com leite	1 copo	50ml / 100ml

Açúcar	2 sachês	10g
Pão francês	2 unidades	50g
Margarina com sal	1 sachê	10g
Cream cheese	1 sachê	18g
Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
Iogurte	1 unidade	90-170ml
Almoço		
Salada simples com 2 componentes (legumes / verduras / grãos)	1 porção	40g-60g
Azeite de oliva extra virgem	1 sachê	8ml
Vinagre	1 sachê	8ml
Sal	1 sachê	1g
Arroz branco	1 porção	100g
Feijão	1 porção	80g
Prato principal (carne vermelha / frango / peixe / ovo)	1 porção / 2 unidades	120-150g
Guarnição (legumes / verduras / massas)	1 porção	80-120g
Doce simples / fruta crua	1 unidade / 1 porção	100g
Suco industrializado	1 unidade	100-200ml
Lanche da tarde		
Leite com achocolatado	1 copo	200ml
Pão macio / bolo simples	1 unidade	25g / 40-60g
Margarina com sal	1 sachê	10g
Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
Jantar		
Salada simples com 2 componentes (legumes / verduras / grãos)	1 porção	40g-60g
Azeite de oliva extra virgem	1 sachê	8ml
Vinagre	1 sachê	8ml
Sal	1 sachê	1g
Sopa (composta de legumes, verduras, cereais e proteína animal)	1 porção	200ml
Arroz branco	1 porção	100g
Prato principal (carne vermelha / frango / peixe / ovo)	1 porção / 2 unidades	120g-150g
Guarnição (legumes / verduras / massas)	1 porção	80-120g
Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
Suco industrializado	1 unidade	100-200ml
Lanche noturno		
Chá	1 copo	200ml
Açúcar	2 sachês	10g
Torrada integral	1 sachê	15g
Geléia	1 sachê	15g

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL*

CARDÁPIO DIETA GERAL		% VD (**)
Valor energético	2640,2 kcal ou 631,0 kJ	
Carboidratos	386,2 g	58,5
Proteínas	133,8 g	20,3
Gorduras	67,6 g	23,1

* Valor referente à média de três dias aleatórios e não consecutivos do cardápio da Instituição.

** % Valores diários de referência com base em uma dieta com 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

REFERENCIAS

Augusto ALP. Terapia Nutricional. São Paulo: Atheneu;1995.

Waitzberg DL. Nutrição Oral, Enteral e Parenteral na Prática Clínica. 5.ed. vol. 1 e 2. Rio de Janeiro: Atheneu; 2017.

1. DIETAS TERAPÊUTICAS

3.1. DIETA HIPOSSÓDICA – HS

DEFINIÇÃO

Dieta em que há controle de sódio, tanto dos alimentos que o contém em grande quantidade em sua composição, quanto da oferta do sal de adição.

INDICAÇÃO

Pacientes com insuficiência cardíaca congestiva, insuficiência hepática (com ou sem ascite), insuficiência renal (com ou sem edema), hipertensão por sensibilidade ao sódio e em alguns sintomas relacionados ao tratamento, como mucosite.

Grupo alimentares	Alimentos recomendados	Alimentos evitados
Pães, Cereais, Arroz e Massas	Todos	Nenhum, exceto aqueles com adição de sal
Carnes, Aves, Peixes e Ovos	Todos	Embutidos e com adição de sal
Leite e derivados	Todos	Queijos com adição de sal
Leguminosas	Todas	Enlatados
Legumes e Verduras	Todos	Em conserva e enlatados
Frutas	Todos	Nenhuma
Gorduras, Óleos e Açúcar	Todos com moderação	Manteiga/margarina com adição de sal

RECOMENDAÇÕES ESPECÍFICAS

- Preparar as refeições sem sal e utilizar, no máximo, 2g de sal de adição por dia.
- Utilizar temperos naturais como orégano, cebola, alho, salsa, cebolinha, louro, cheiro verde, etc.
- Não utilizar temperos prontos como caldo de carne em tabletes, sopas em pó, molhos prontos.
- Evitar o consumo de alimentos do tipo fast-food (hambúrguer, pizza, etc.), enlatados, embutidos, conservas em geral, processados, salgadinhos industrializados, macarrão instantâneo, bolacha salgada, carnes salgadas (bacalhau, carne seca, etc), congelados (pizza, lasanha, nuggets, etc); e bebidas como refrigerantes e isotônicos.
- Não utilizar o saleiro à mesa a fim de evitar o sal de adição.

EXEMPLO DE CARDÁPIO

Alimento	Medida caseira	Gramagem
Desjejum		
Café com leite	1 copo	50ml / 100ml
Açúcar	2 sachês	10g
Pão macio	2 unidades	50g

Margarina sem sal	1 sachê	10g
Queijo branco sem sal	2 fatias	20g
Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
iogurte	1 unidade	90ml
Almoço		
Salada simples com 2 componentes (legumes / verduras / grãos)	1 porção	40g-60g
Azeite de oliva extra virgem	1 sachê	8ml
Vinagre	1 sachê	8ml
Sal	1 sachê	1g
Arroz branco	1 porção	100g
Feijão	1 porção	80g
Prato principal (carne vermelha / frango / peixe / ovo)	1 porção / 2 unidades	120g-150g
Guarnição (legumes / verduras / massas)	1 porção	80-120g
Doce simples	1 unidade	100g
Suco industrializado	1 unidade	100-200ml
Lanche da tarde		
Leite com achocolatado	1 copo	200ml
Pão macio / bolo simples	1 unidade	25g / 40-60g
Margarina sem sal	1 sachê	15g
Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
Jantar		
Salada simples com 2 componentes (legumes / verduras / grãos)	1 porção	40g-60g
Azeite de oliva extra virgem	1 sachê	8ml
Vinagre	1 sachê	8ml
Sal	1 sachê	1g
Sopa (composta de legumes, verduras, cereais e proteína animal)	1 porção	200ml
Arroz branco	1 porção	100g
Prato principal (carne vermelha / frango / peixe / ovo)	1 porção / 2 unidades	120g-150g
Guarnição (legumes / verduras / massas)	1 porção	80-120g
Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
Suco industrializado	1 unidade	100-200ml
Lanche noturno		
Chá	1 copo	200ml
Açúcar	2 sachês	10g
Biscoito água / biscoito doce	2 sachês	9g / 12g
Geleia	1 sachê	15g

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL*

CARDÁPIO DIETA GERAL HIPOSSÓDICA		% VD (**)
Valor energético	2688,2 kcal ou 642,5 kJ	
Carboidratos	381,8 g	56,8
Proteínas	127,6 g	19,0
Gorduras	72,0 g	10,7

* Valor referente à média de três dias aleatórios e não consecutivos do cardápio da Instituição.

** % Valores diários de referência com base em uma dieta com 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

REFERENCIAS

Geerling JC, Loewy AD. Central regulation of sodium appetite. *Experim Physiol.* 2007;93(2), 177-209.

Lilian C. Guias de medicina ambulatorial hospitalar UNIFESP: Nutrição Clínica no adulto. 2 ed. São Paulo: Manole;2005.

Sociedade Brasileira de Cardiologia. VII Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial. *Arq Bras Cardiol;* 2016 (supl.3).

3.2. DIETA PARA DIABETES - DM

DEFINIÇÃO

Dieta de consistência geral, normocalórica, normoprotéica, normoglicídica e normolipídica, rica em fibras, isenta de açúcares e pobre em gordura saturada, com o objetivo de manter o nível normal de glicemia do organismo.

INDICAÇÃO

Pacientes diabéticos, quando se faz necessário o controle de calorias e da ingestão de açúcares, visando maior controle glicêmico. Pode também ser utilizada para pacientes que utilizem medicamentos que aumentem a glicemia.

Grupo alimentares	Alimentos recomendados	Alimentos evitados
Pães, Cereais, Arroz e Massas	Todos, de preferencia integrais, com moderação	Todos com açúcar na composição
Carnes, Aves, Peixes e Ovos	Carnes bovinas magras, peito de frango sem pele e peixe sem gordura	Carnes gordurosas e processadas, embutidos, fígado, miúdos e frutos do mar
Leite e derivados	Todos, de preferencia desnatados	Aqueles com adição de açúcar
Leguminosas	Todas	Nenhum
Legumes e Verduras	Todos	Raizes e tubérculos, com moderação
Frutas	Todos, com moderação	Nenhum
Gorduras, Óleos e Açúcar	Gorduras e óleos insaturados, de origem vegetal; adoçante	Açúcares, mel, melado, xaropes, geleias; gorduras saturadas, de origem animal, trans, hidrogenadas

RECOMENDAÇÕES ESPECÍFICAS

- Fazer de cinco a seis refeições ao dia em pequenos volumes.
- Consumir à vontade verduras cruas em forma de salada.
- Não consumir na mesma refeição alimentos como arroz, pão, macarrão, batata, batata doce, mandioca, mandioquinha, cará, inhame.
- Limitar o consumo de frutas para até quatro porções por dia.
- Utilizar adoçante artificial e preparações dietéticas com moderação.
- Diminuir a ingestão de alimentos gordurosos em geral.

EXEMPLO DE CARDÁPIO

Alimento	Medida caseira	Gramagem
Desjejum		
Café com leite desnatado	1 copo	50ml / 150ml
Adoçante	2 sachês	0,16g
Pão bisnaga integral	2 unidades	50g
Margarina com sal	1 sachê	10g
Geleia diet	1 sachê	15g
iogurte diet	1 unidade	90ml

Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
Almoço		
Salada simples com 2 componentes (legumes / verduras / grãos)	1 porção	40g-60g
Azeite de oliva extra virgem	1 sachê	8ml
Vinagre	1 sachê	8ml
Sal	1 sachê	1g
Feijão	1 porção	80g
Arroz branco	1 porção	100g
Prato principal (carne vermelha / frango / peixe / ovo)	1 porção / 2 unidades	120g-150g
Guarnição (legumes / verduras)	1 porção	80-120g
Doce simples diet	1 unidade	100g
Suco industrializado diet	1 unidade	100-200ml
Lanche da tarde		
Leite desnatado com achocolatado diet	1 copo	200ml
Pão bisnaga integral / bolo simples diet	1 unidade	25g / 40-60g
Margarina com sal	1 sachê	10g
Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
Jantar		
Salada simples com 2 componentes (legumes / verduras / grãos)	1 porção	40g-60g
Azeite de oliva extra virgem	1 sachê	8ml
Vinagre	1 sachê	8ml
Sal	1 sachê	1g
Sopa (composta de legumes, verduras, cereais e proteína animal)	1 porção	200ml
Arroz branco	1 porção	100g
Prato principal (carne vermelha / frango / peixe / ovo)	1 porção / 2 unidades	120g-150g
Guarnição (legumes / verduras)	1 porção	80-120g
Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
Suco industrializado diet	1 unidade	100-200ml
Lanche noturno		
Chá	1 copo	200ml
Adoçante	2 sachês	0,16g
Torrada integral	1 sachê	15g
Geleia diet	1 sachê	15g

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL*

CARDÁPIO DIETA GERAL PARA DIABETES % VD (**)

Valor energético 2135,9 g ou 510,5 kJ

Carboidratos	259,3 g	48,6
Proteínas	137,2 g	25,7
Gorduras	60,6 g	25,5

* Valor referente à média de três dias aleatórios e não consecutivos do cardápio da Instituição.

** % Valores diários de referência com base em uma dieta com 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

REFERENCIAS

Sociedade Brasileira de Diabetes. Diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes 2017-2018 [internet]. São Paulo: Editora Clannad; 2017. [acesso em 5 out 2018]. Disponível em: <http://www.diabetes.org.br/profissionais/images/2017/diretrizes/diretrizes-sbd-2017-2018.pdf>

3.3. DIETA POBRE EM IODO - PI

DEFINIÇÃO

Dieta em que há restrição de iodo, tanto dos alimentos que contenham alto teor de iodo em sua composição, quanto da quantidade de iodo adicionado à dieta.

INDICAÇÃO

Pacientes em tratamento de radioiodoterapia.

Grupo alimentares	Alimentos recomendados	Alimentos evitados
Pães, Cereais, Arroz e Massas	Pão, bolacha e torrada (caseiros), pães e massas sem ovos (sêmola), arroz, maisena, aveia, tapioca	Aqueles com sal iodado e ovos
Carnes, Aves, Peixes e Ovos	Peixes de água doce, frango e carne bovina frescas sem tempero nem aditivos, clara de ovo	Peixes de água salgada, frutos do mar; carnes (com temperos industrializados, defumadas, salgadas, enlatadas); frios; embutidos, gema de ovo
Leite e derivados	Leite em pó desnatado; margarina sem sal	Leite, queijos, requeijão, iogurte, creme de leite, leite condensado, manteiga
Leguminosas	Todas	Enlatados, em conserva, soja e derivados (molho shoyu, tofu, leite de soja, proteína de soja-PTS)
Legumes e Verduras	Todas	Repolho, aipo (salsão), couve, agrião, enlatados, em conserva, batata com casca
Frutas	Todos frescos, sucos naturais/polpa, água de coco natural	Enlatadas ou em calda, frutas secas, coco (fruta), sucos industrializados
Gorduras, Óleos e Açúcar	Óleo de milho, canola, girassol, azeite de oliva extra virgem, açúcar, mel, adoçante, geleia caseira	Margarina com adição de sal, óleo de coco, dendê, amendoim, soja e gorduras hidrogenadas

RECOMENDAÇÕES ESPECÍFICAS

- Em todas as preparações que necessitem de sal deve-se utilizar o sal não iodado.
- Para ajudar na eliminação do radiofármaco orienta-se: suco de limão não adoçado para bochecho; Dieta laxativa; Aumento da ingestão hídrica.

EXEMPLO DE CARDÁPIO

Alimento	Medida caseira	Gramagem
Desjejum		
Café com leite em pó desnatado	1 copo	50ml / 100ml
Açúcar	2 sachês	10g

Pão com sal não iodado	1 unidade	50g
Margarina sem sal	1 sachê	10g
Mingau com leite em pó	1 porção	200ml
Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
Almoço		
Salada simples com 2 componentes (legumes / verduras / grãos)	1 porção	40g-60g
Vinagre	1 sachê	8ml
Sal não iodado	1 sachê	1g
Arroz branco	1 porção	100g
Feijão	1 porção	80g
Prato principal (carne vermelha / frango / peixe)	1 porção	120g-150g
Guarnição (legumes / verduras / massas)	1 porção	80-120g
Fruta crua sem casca	1 porção / 1 unidade	100g
Suco natural	1 unidade	100-200ml
Açúcar	2 sachês	10g
Lanche da tarde		
Café com leite em pó desnatado	1 copo	50ml / 100ml
Açúcar	2 sachês	10g
Pão com sal não iodado / bolo simples caseiro	1 unidade	50g / 40g
Margarina sem sal	1 sachê	10g
Suco laxativo	1 copo	200ml
Jantar		
Salada simples com 2 componentes (legumes / verduras / grãos)	1 porção	40g-60g
Vinagre	1 sachê	8ml
Sal não iodado	1 sachê	1g
Arroz branco	1 porção	100g
Sopa (composta de legumes, verduras, cereais e proteína animal)	1 porção	200ml
Prato principal (carne vermelha / frango / peixe)	1 porção	120g-150g
Guarnição (legumes / verduras / massas)	1 porção	80-120g
Fruta crua sem casca	1 porção / 1 unidade	100g
Suco natural	1 unidade	100-200ml
Açúcar	2 sachês	10g
Lanche noturno		
Chá	1 copo	200ml
Açúcar	2 sachês	10g
Pão com sal não iodado	1 unidade	50g
Mel	1 sachê	15g

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL*

CARDÁPIO DIETA GERAL POBRE EM IODO		% VD (**)
Valor energético	2544,8 kcal ou 608,2 kJ	
Carboidratos	189,4 g	29,8
Proteínas	120,5 g	18,9
Gorduras	65,2 g	23,1

* Valor referente à média de três dias aleatórios e não consecutivos do cardápio da Instituição.

** % Valores diários de referência com base em uma dieta com 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

REFERENCIAS

American Thyroid Association. Low Iodine Diet [Internet]. 2019 [acesso em 2 Jul 2019]. Disponível em <https://www.thyroid.org/low-iodine-diet/>

Li J, He Z, Bansal V, Hennessey J. Low iodine diet in differentiated thyroid cancer: a review. Clin Endoc. 2015;84(1):3-12.

Maxon H, Thomas S, Boehringer A, Drilling J, Sperling M, Sparks J, *et al.* Low Iodine Diet in I-131 Ablation of Thyroid Remnants. Clin Nuc Medic. 1983;8(3):123-126.

Sapienza M, Endo I, Campos Neto G, Tavares M, Marone M. Tratamento do carcinoma diferenciado da tireóide com iodo-131: intervenções para aumentar a dose absorvida de radiação. Arq Bras Endoc Metab. 2005;49(3):341-349.

ThyCa: Thyroid Cancer Survivors' Association. Low-Iodine Cookbook. Guidelines and Tips for the Low-Iodine Diet used for a short time when preparing to receive radioactive iodine (RAI) [Internet]. 8th ed. Colorado; 2015 [acesso em 2 Jul 2019]. Disponível em: <https://www.thyca.org/download/document/231/Cookbook.pdf>

3.4. DIETA HIPERPROTÉICA E HIPERCALÓRICA - HH

DEFINIÇÃO

Dieta com teor de proteínas de alto valor biológico e aporte calórico aumentados, devido ao acréscimo de carboidratos, gordura e proteínas.

INDICAÇÃO

Pacientes que apresentam condições hipermetabólicas e infecciosas com necessidades nutricionais aumentadas e diferenciadas, como doentes oncológicos em tratamento quimioterápico e/ou radioterápico, em terapias de substituição renal (ex. hemodiálise), pós-operatórios, queimados

entre outros. O aumento de oferta calórico proteica tem a finalidade de otimizar a formação de reservas de gorduras e/ou repor tecidos musculares.

Grupo alimentares	Alimentos recomendados	Alimentos evitados
Pães, Cereais, Arroz e Massas	Todos	Nenhum
Carnes, Aves, Peixes e Ovos	Todos	Nenhum
Leite e derivados	Todos	Nenhum
Leguminosas	Todas	Nenhuma
Legumes e Verduras	Todos	Nenhum
Frutas	Todos	Nenhuma
Gorduras, Óleos e Açúcar	Todos	Nenhum

RECOMENDAÇÕES ESPECÍFICAS

- Suplementar com alimentos ricos em calorias e proteínas como cereais, mel, oleaginosas, leguminosas, carnes em geral, ovos, frutas, legumes, verduras, leite e derivados.
- Evitar alimentos industrializados prontos para consumo, embutidos, enlatados e em conserva.
- Evitar consumo de frituras e de alimentos ricos em gorduras saturadas e trans.
- Utilizar o ovo, o leite e derivados (iogurte, queijo, requeijão, catupiry e etc) em preparações como sopa, cremes, purês, molhos, suflês etc.
- Acrescentar leguminosas (feijão, lentilha, ervilha, grão de bico e soja) nas saladas.

EXEMPLO DE CARDÁPIO

Alimento	Medida caseira	Gramagem
Desjejum		
Café com leite	1 copo	50ml / 100ml
Açúcar	2 sachês	10g

Pão francês	3 unidades	75g
Margarina com sal	1 sachê	10g
Geleia	1 sachê	15g
Cream cheese	1 sachê	18g
Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
logurte	1 unidade	90ml
Almoço		
Salada simples com 2 componentes (legumes / verduras / grãos)	1 porção	40-60g
Azeite de oliva extra virgem	1 sachê	8ml
Vinagre	1 sachê	8ml
Sal	1 sachê	1g
Arroz branco	2 porções	200g
Feijão	1 porção	80g
Prato principal (carne vermelha / frango / peixe / ovo)	2 porções / 4 unidades	240-300g
Guarnição (legumes / verduras / massas)	1 porção	80-120g
Doce simples	1 unidade	100g
Suco industrializado	1 unidade	100-200ml
Lanche da tarde		
Leite com achocolatado	1 copo	200ml
Pão macio	2 unidades	50g
Margarina com sal	2 sachês	30g
Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
Jantar		
Salada simples com 2 componentes (legumes / verduras / grãos)	1 porção	40-60g
Azeite de oliva extra virgem	1 sachê	8ml
Vinagre	1 sachê	8ml
Sal	1 sachê	1g
Arroz branco	2 porções	200g
Sopa (composta de legumes, verduras, cereais e proteína animal)	1 porção	200ml
Prato principal (carne vermelha / frango / peixe / ovo)	2 porções / 4 unidades	240-300g
Guarnição (legumes / verduras / massas)	1 porção	80-120g
Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
Suco industrializado	1 unidade	100-200ml
Lanche noturno		
Chá	1 copo	200ml
Açúcar	2 sachês	10g
Torrada	2 sachês	30g
Geléia	2 sachês	30g

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL*

CARDÁPIO DIETA GERAL HIPERCALÓRICA E HIPERPROTEICA % VD (**)

Valor energético	3782,6 kcal ou 904,1 kJ	
Carboidratos	579,2 g	61,3
Proteínas	201,7 g	21,3
Gorduras	96,4 g	22,9

* Valor referente à média de três dias aleatórios e não consecutivos do cardápio da Instituição.

** % Valores diários de referência com base em uma dieta com 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

REFERENCIAS

Brasil. Ministério da Saúde. Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva. Consenso Nacional de Nutrição Oncológica. 2.ed. ampl. atual. Rio de Janeiro: INCA; 2016. 112p.

National Kidney Foundation. K/DOQI Nutrition in Chronic Renal Failure. Am J Kidney Dis. 2000;35(6) (suppl 2).

3.5. DIETA LAXATIVA - LAX

DEFINIÇÃO

Dieta rica em fibras com o objetivo de estimular o funcionamento do trato digestório.

INDICAÇÃO

Pacientes com casos de obstipação intestinal, proporcionando aumento do bolo fecal e estimulação do peristaltismo intestinal, devido à presença de fibras.

Grupo alimentares	Alimentos recomendados	Alimentos evitados
Pães, Cereais, Arroz e Massas	Todos, de preferência integrais	Refinados com moderação
Carnes, Aves, Peixes e Ovos	Todos	Nenhum
Leite e derivados	Todos	Nenhum
Leguminosas	Todas	Nenhum
Legumes e Verduras	Todos, de preferência crus	Nenhum
Frutas	Todos, de preferência com casca e bagaço	Nenhum
Gorduras, Óleos e Açúcar	Todos com moderação	Nenhum

RECOMENDAÇÕES ESPECÍFICAS

- Preferir alimentos com alto teor de fibras.
- Dar preferência para sucos de fruta não coados.
- Evitar o consumo de amido de milho, creme de arroz e fubá.
- Consumir com moderação goiaba, maçã sem casca, banana maçã.
- Consumir raízes e tubérculos com moderação.
- Manter ingestão hídrica cerca de 2L/dia.
- Utilizar suplemento de fibra (regulador do trânsito intestinal) ou probióticos, caso necessário.

EXEMPLO DE CARDÁPIO

Alimento	Medida caseira	Gramagem
Desjejum		
Café com leite	1 copo	50ml / 100ml
Açúcar	2 sachês	10g
Pão bisnaga integral	2 unidades	50g
Margarina com sal	1 sachê	10g
Cream cheese	1 sachê	18g
Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
iogurte	1 unidade	90ml
Aveia em flocos	1 porção	10g
Almoço		

Salada simples com 2 componentes (legumes / verduras / grãos)	1 porção	40-60g
Azeite de oliva extra virgem	1 sachê	8ml
Vinagre	1 sachê	8ml
Sal	1 sachê	1g
Arroz integral	1 porção	100g
Feijão	1 porção	80g
Prato principal (carne vermelha / frango / peixe / ovo)	1 porção / 2 unidades	120-150g
Guarnição (legumes / verduras / massas)	1 porção	80-120g
Doce simples	1 unidade	100g
Suco industrializado	1 unidade	100-200ml
Lanche da tarde		
Leite com achocolatado	1 copo	200ml
Pão bisnaga integral / bolo simples	1 unidade	25g / 40-60g
Margarina com sal	1 sachê	15g
Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
Jantar		
Salada simples com 2 componentes (legumes / verduras / grãos)	1 porção	40g-60g
Azeite de oliva extra virgem	1 sachê	8ml
Vinagre	1 sachê	8ml
Sal	1 sachê	1g
Sopa (composta de legumes, verduras, cereais e proteína animal)	1 porção	200ml
Arroz integral	1 porção	100g
Prato principal (carne vermelha / frango / peixe / ovo)	1 porção / 2 unidades	120g-150g
Guarnição (legumes / verduras / massas)	1 porção	80-120g
Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
Suco industrializado	1 unidade	100-200ml
Lanche noturno		
Chá	1 copo	200ml
Açúcar	2 sachês	10g
Torrada integral	1 sachê	15g
Geleia	1 sachê	15g

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL*

CARDÁPIO DIETA GERAL LAXATIVA % VD (**)

Valor energético	2678,8 kcal ou 640,2 kJ	
Carboidratos	321,5 g	48,0
Proteínas	120,2 g	17,9

Gorduras	77,7 g	26,1
-----------------	---------------	-------------

* Valor referente à média de três dias aleatórios e não consecutivos do cardápio da Instituição.

** % Valores diários de referência com base em uma dieta com 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

REFERENCIAS

Slavin JL. Position of the American Dietetic Association: health implications of dietary fiber. J Am Diet Assoc. 2008;108(10):1716-1731.

3.6. DIETA SEM RESÍDUOS - SR

DEFINIÇÃO

Dieta de característica branda, pobre em resíduos, ou seja, sem oferta de fibras.

INDICAÇÃO

Pacientes com quadro de diarreia, devido a situações clínicas específicas ou por efeito farmacológico (ex: quimioterapia), doença de Crohn, retocolite ulcerativa, pacientes com ileostomia e colostomia de alto débito, suboclusão intestinal, alguns preparos para exames e em pré/pós-operatórios de cirurgia do trato intestinal e abdominais.

Grupo alimentares	Alimentos recomendados	Alimentos evitados
Pães, Cereais, Arroz e Massas	Todos, refinados	Integrais
Carnes, Aves, Peixes e Ovos	Todos	Ovos
Leite e derivados	Nenhum	Todos
Leguminosas	Nenhum	Todos
Legumes e Verduras	Legumes cozidos sem casca e sem semente	Legumes fermentativos e todas as verduras
Frutas	Todas, cozidas sem casca e sem semente	Cruas
Gorduras, Óleos e Açúcar	Adoçantes artificiais com moderação	Açúcar, óleos e gorduras

RECOMENDAÇÕES ESPECÍFICAS

- Proibido abacaxi, mesmo cozido, pois permanece fibroso.
- Evitar preparações gordurosas (ex: legumes sautee, macarrão alho e óleo).
- Preparações como mingau, vitamina e pudim podem ser servidas se preparadas com leite de soja.

EXEMPLO DE CARDÁPIO

Alimento	Medida caseira	Gramagem
Desjejum		
Chá	1 copo	200ml
Adoçante	2 sachês	0,16g
Pão francês	2 unidades	50g
Geleia diet	2 sachês	30g
Fruta cozida	1 porção	100g
Suco de industrializado diet	1 unidade	200ml
Almoço		
Sopa (composta de legumes sem casca/semente, cereais e proteína animal)	1 porção	200ml

Arroz branco	1 porção	100g
Prato principal (carne vermelha / frango / peixe)	1 porção	120-150g
Guarnição (legumes sem casca/semente)	1 porção	80-120g
Doce simples diet com leite de soja	1 unidade	100g
Suco industrializado diet	1 unidade	100-200ml
Lanche da tarde		
Chá	1 copo	200ml
Adoçante	2 sachês	0,16g
Pão macio / bolacha salgada	1 unidade / 2 sachês	25g / 18g
Geleia diet	1 sachê	15g
Fruta cozida	1 porção	100g
Jantar		
Sopa (composta de legumes sem casca/semente, cereais e proteína animal)	1 porção	200ml
Arroz branco	1 porção	100g
Prato principal (carne vermelha / frango / peixe)	1 porção	120-150g
Guarnição (legumes sem casca/semente)	1 porção	80-120g
Fruta cozida	1 porção	100g
Suco industrializado diet	1 unidade	100-200ml
Lanche noturno		
Chá	1 copo	200ml
Adoçante	2 sachês	0,16g
Torrada	1 sachê	15g
Geleia diet	1 sachê	15g

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL*

CARDÁPIO DIETA GERAL SEM RESÍDUOS			% VD (**)
Valor energético	2042,3 kcal ou 488,1 kJ		
Carboidratos	286,0 g		56,0
Proteínas	112,2 g		22,0
Gorduras	38,1 g		16,8

* Valor referente à média de três dias aleatórios e não consecutivos do cardápio da Instituição.

** % Valores diários de referência com base em uma dieta com 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

REFERENCIAS

Amarante D. Aspectos nutricionais na população de pacientes com síndrome do intestino irritável atendidos no Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo. Dissertação [Mestrado em Ciências em Gastroenterologia]. São Paulo: Faculdade de Saúde Pública da USP; 2013.

Lijoi D, Ferrero S, Mistrangelo E, Casa ID, Crosa M, Remorgida V *et al.* Bowel preparation before laparoscopic gynaecological surgery in benign conditions using a 1-week low fibre diet: a surgeon blind, randomized and controlled trial. Arch Gynecol Obstet. 2009;280:713-718.

3.7. DIETA HIPOFERMENTATIVA - HF

DEFINIÇÃO

Dieta isenta de alimentos formadores de gases.

INDICAÇÃO

Pacientes com quadro de distensão/desconforto abdominal, flatulência e em pré/ pós operatórios de cirurgias abdominais e do trato intestinal.

Grupo alimentares	Alimentos recomendados	Alimentos evitados
Pães, Cereais, Arroz e Massas	Todos, refinados	Integrais
Carnes, Aves, Peixes e Ovos	Todos	Ovos
Leite e derivados	Sem lactose, queijo branco	Com lactose, queijos fermentados e gordurosos
Leguminosas	Nenhum	Todos
Legumes e Verduras	Legumes cozidos sem casca e sem semente	Legumes fermentativos e todas as verduras
Frutas	Todas, cozidas sem casca e sem semente	Cruas
Gorduras, Óleos e Açúcar	Adoçantes artificiais e gorduras com moderação	Açúcar

RECOMENDAÇÕES ESPECÍFICAS

- Permitido leite de soja, iogurte natural, frutas cruas e verduras de acordo com grau de desconforto abdominal.

EXEMPLO DE CARDÁPIO

Alimento	Medida caseira	Gramagem
Desjejum		
Leite puro zero lactose	1 copo	200ml
Adoçante	2 sachês	0,16g
Pão francês	2 unidades	50g
Margarina com sal	1 sachê	10g
Geleia diet	1 sachê	15g
Fruta cozida	1 porção	100g
Suco de industrializado diet	1 unidade	200ml
Almoço		
Sopa (composta de legumes sem casca/semente, cereais e proteína animal)	1 porção	200ml
Arroz branco	1 porção	100g
Prato principal (carne vermelha / frango / peixe)	1 porção	120g-150g
Guarnição (legumes sem casca/semente)	1 porção	80-120g
Doce simples diet com leite zero lactose	1 unidade	100g
Suco industrializado diet	1 unidade	100-200 ml
Lanche da tarde		
Leite puro zero lactose	1 copo	200ml
Pão macio / bolacha salgada	1 unidade / 2 sachês	25g / 18g
Margarina com sal	1 sachê	10g
Fruta cozida	1 porção	100g
Jantar		
Sopa (composta de legumes sem casca/semente, cereais e proteína animal)	1 porção	200ml
Arroz branco	1 porção	100g
Prato principal (carne vermelha / frango / peixe)	1 porção	120g-150g
Guarnição (legumes sem casca/semente)	1 porção	80-120g
Fruta cozida	1 porção	100g
Suco industrializado diet	1 unidade	100-200 ml
Lanche noturno		
Chá	1 copo	200ml
Adoçante	2 sachês	0,16g
Torrada	1 sachê	15g
Geleia diet	1 sachê	15g

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL*

CARDÁPIO DIETA GERAL HIPOFERMENTATIVA % VD ()**

Valor energético	2207,9 kcal ou 527,71 kJ	
Carboidratos	332,7 g	60,3
Proteínas	124,1 g	22,5
Gorduras	40,4 g	16,5

* Valor referente à média de três dias aleatórios e não consecutivos do cardápio da Instituição.

** % Valores diários de referência com base em uma dieta com 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

REFERENCIAS

Amarante D. Aspectos nutricionais na população de pacientes com síndrome do intestino irritável atendidos no Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo. Dissertação [Mestrado em Ciências em Gastroenterologia]. São Paulo: Faculdade de Saúde Pública da USP; 2013.

Pinho N. Manual de nutrição oncológica. São Paulo: Atheneu; 2004.

3.8. DIETA SEM ÁCIDOS - SAC

DEFINIÇÃO

Dieta que restringe a oferta de alimentos cítricos, picantes, condimentados e bebidas gaseificadas.

INDICAÇÃO

Para pacientes com mucosite, úlceras orais, esofagite e gastrite.

Grupo alimentares	Alimentos recomendados	Alimentos evitados
Pães, Cereais, Arroz e Massas	Todos (bem cozidos)	Nenhum
Carnes, Aves, Peixes e Ovos	Todos (cozidos ou grelhados)	Embutidos
Leite e derivados	Todos	Nenhum
Leguminosas	Todas	Nenhuma
Legumes e Verduras	Todos (crus, cozidos ou em forma de purê)	Tomate
Frutas	Todas (exceto os evitados)	Limão, abacaxi, laranja, morango, acerola, mexerica, jabuticaba, romã, nêspera, ameixa, marmelo, maracujá, uva e carambola (cruas, cozidas ou como sucos e geleias)
Gorduras, Óleos e Açúcar	Todos com moderação	Doces concentrados em grande quantidade

RECOMENDAÇÕES ESPECÍFICAS

- Utilizar temperos caseiros leves, evitando cebola, cebolinha e alho crus, gengibre.
- Diminuir ou reduzir o sal de acordo com o grau da mucosite.
- Evitar condimentos fortes e picantes, como catchup, mostarda, pimenta.
- Evitar enlatados e em conserva em geral.
- Consumo moderado de alimentos lácteos em casos de gastrite, esofagite e úlceras.
- Evitar chá preto, chá mate, chocolate e café em casos de esofagite, úlceras e gastrite.
- Evitar alimentos gordurosos como pele de frango, creme de leite e outros em casos de esofagite, úlcera e gastrite.

EXEMPLO DE CARDÁPIO

Alimento	Medida caseira	Gramagem
Desjejum		
Café com leite	1 copo	50ml / 100ml
Açúcar	2 sachês	10g

Pão francês	2 unidades	50g
Margarina com sal	1 sachê	10g
Cream cheese	1 sachê	18g
Fruta crua não ácida	1 porção / 1 unidade	100g
Suco de industrializado não ácido	1 unidade	200ml
Almoço		
Salada simples com 2 componentes (legumes / verduras / grãos)	1 porção	40g-60g
Azeite de oliva extra virgem	1 sachê	8ml
Sal	1 sachê	1g
Arroz branco	1 porção	100g
Feijão	1 porção	80g
Prato principal (carne vermelha / frango / peixe / ovo)	1 porção / 2 unidades	120g-150g
Guarnição (legumes / verduras / massas)	1 porção	80-120g
Doce simples	1 unidade	100g
Suco industrializado não ácido	1 unidade	100-200ml
Lanche da tarde		
Leite com achocolatado	1 copo	200ml
Pão macio / bolo simples	1 unidade	25g / 40-60g
Margarina com sal	1 sachê	15g
Fruta crua não ácida	1 porção / 1 unidade	100g
Jantar		
Salada simples com 2 componentes (legumes / verduras / grãos)	1 porção	40g-60g
Azeite de oliva extra virgem	1 sachê	8ml
Sal	1 sachê	1g
Arroz branco	1 porção	100g
Sopa (composta de legumes, verduras, cereais e proteína animal)	1 porção	200ml
Prato principal (carne vermelha / frango / peixe / ovo)	1 porção / 2 unidades	120g-150g
Guarnição (legumes / verduras / massas)	1 porção	80-120g
Fruta crua não ácida	1 porção / 1 unidade	100g
Suco industrializado não ácido	1 unidade	100-200ml
Lanche noturno		
Chá	1 copo	200ml
Açúcar	2 sachês	10g
Torrada	1 sachê	15g
Geléia	1 sachê	15g

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL*

CARDÁPIO DIETA GERAL SEM ÁCIDOS % VD ()**

Valor energético	2539,0 kcal ou 606,8 kJ	
Carboidratos	315,0 g	49,6
Proteínas	115,4 g	18,2
Gorduras	69,7 g	24,7

* Valor referente à média de três dias aleatórios e não consecutivos do cardápio da Instituição.

** % Valores diários de referência com base em uma dieta com 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

REFERENCIAS

Brasil. Ministério da Saúde. Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva. Consenso Nacional de Nutrição Oncológica. 2.ed. ampl. Atual. Rio de Janeiro: INCA; 2016. 112 p.

Clara CR, Nakaema KE, Rosa VM. Capítulo 189: Sintomas Digestivos. Seção 18: Cuidados Paliativos. Livro Manual do Residente de Clínica Médica. Editor Milton de Arruda Martins. Editora Maele. Barueri, SP. 2015: 817-824.

3.9. DIETA HIPOGORDUROSA – HG

DEFINIÇÃO

Dieta com teor reduzido de gordura, que visa preferencialmente à proteção e/ou recuperação do sistema hepático, pancreático e biliar.

Observação: “recomenda-se que os lipídios não sejam ofertados acima de 30% do VET, para evitar desconforto abdominal, retardo no esvaziamento gástrico e hiperlipidemias”.

INDICAÇÃO

Para pacientes com enfermidades hepáticas, pancreáticas, de vesícula biliar, hipercolesterolemias, com problemas cardíacos, em pós-operatórios de cirurgias gastrintestinais e casos de incapacidade ou má absorção de gorduras (síndrome disabsortiva).

Grupo alimentares	Alimentos recomendados	Alimentos evitados
Pães, Cereais, Arroz e Massas	Sem gordura e integrais	Massa recheada, massa folhada, croissant, biscoito amanteigado e pães gordurosos
Carnes, Aves, Peixes e Ovos	Carnes bovinas magras, peito de frango sem pele e peixe sem gordura	Carnes gordurosas e processadas, embutidos, fígado, miúdos e frutos do mar
Leite e derivados	Desnatados, preferindo queijo branco (tipo minas frescal), ricota, cottage e queijo processado UHT light	Leite integral, creme de leite, iogurte natural integral, requeijão, queijos gordurosos
Leguminosas	Todas	Nenhuma
Legumes e Verduras	Todos	Nenhum
Frutas	Todos	Abacate e coco
Gorduras, Óleos e Açúcar	Todos com moderação, preferindo os óleos de origem vegetal	Banha, margarina, manteiga, frituras em geral, doces à base de leite integral, sorvete de massa, chocolate, bolo, chantilly e bolachas recheados

RECOMENDAÇÕES ESPECÍFICAS

- As preparações dos alimentos devem ser cozidas, grelhadas ou assadas (evitar frituras, sauté e alho e óleo).
- Preferir os temperos naturais como: limão, vinagre, sal, orégano, cebola, salsa, alho, louro, cebolinha e ervas em geral.
- Evitar molhos à base de maionese, catchup, mostarda.
- Evitar enlatados, conservas em geral como sardinhas, azeitona.
- Evitar o consumo excessivo de gema de ovo e oleaginosas em geral.

EXEMPLO DE CARDÁPIO

Alimento	Medida caseira	Gramagem
Desjejum		
Café com leite desnatado	1 copo	50ml / 100ml

Açúcar	2 sachês	10g
Pão francês	2 unidades	50g
Geleia	2 sachês	30g
Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
Iogurte desnatado	1 unidade	90ml
Almoço		
Salada simples com 2 componentes (legumes / verduras / grãos)	1 porção	40g-60g
Vinagre	1 sachê	8ml
Sal	1 sachê	1g
Arroz branco	1 porção	100g
Feijão	1 porção	80g
Prato principal (carne vermelha / frango / peixe)	1 porção	120g-150g
Guarnição (legumes / verduras / massas)	1 porção	80-120g
Doce simples com leite desnatado	1 unidade	100g
Suco industrializado	1 unidade	100-200ml
Lanche da tarde		
Leite com achocolatado	1 copo	200ml
Pão macio / bolacha salgada	1 unidade / 2 sachês	25g / 18g
Geleia	1 sachê	15g
Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
Jantar		
Salada simples com 2 componentes (legumes / verduras / grãos)	1 porção	40g-60g
Vinagre	1 sachê	8ml
Sal	1 sachê	1g
Arroz branco	1 porção	100g
Sopa (composta de legumes, verduras, cereais e proteína animal)	1 porção	200ml
Prato principal (carne vermelha / frango / peixe)	1 porção	120g-150g
Guarnição (legumes / verduras / massas)	1 porção	80-120g
Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
Suco industrializado	1 unidade	100-200ml
Lanche noturno		
Chá	1 copo	200ml
Açúcar	2 sachês	10g
Torrada	1 sachê	15g
Geléia	1 sachê	15g

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL*

CARDÁPIO DIETA GERAL HIPOGORDUROSA % VD ()**

Valor energético	2371,3 kcal ou 566,7 kJ	
Carboidratos	381,7 g	64,4
Proteínas	131,3 g	22,2
Gorduras	34,6 g	13,1

* Valor referente à média de três dias aleatórios e não consecutivos do cardápio da Instituição.

** % Valores diários de referência com base em uma dieta com 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

REFERENCIAS

Brasil. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Tabelas de Composição Nutricional dos Alimentos Consumidos no Brasil. Rio de Janeiro; 2011.

Institute of Medicine of the National Academies, Food Nutrition Board. Dietary reference intakes: for Energy, Carbohydrate, Fiber, Fat, Fatty Acids, Cholesterol, Protein, and Amino Acids, 2005.

Jesus RP, Oliveira LPM, Silva AO, Waitzberg DL. Insuficiência hepática aguda e crônica in Nutrição oral, enteral e parenteral na prática clínica. 5.ed. Rio de Janeiro: Atheneu; 2017.

Pinheiro ABV, Lacerda EMA, Benzecry EH, Gomes MCS, Costa VM. Tabela para avaliação do consumo alimentar em medidas caseiras. 4ª ed. São Paulo: Atheneu; 2005.

Sposito AC, Caramelli B, Fonseca AHF, Bertolami MC. IV Diretriz Brasileira Sobre Dislipidemias e Prevenção da Aterosclerose Departamento de Aterosclerose da Sociedade Brasileira de Cardiologia. Arq Bras Cardiol. 2007;88(Supl I).

Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP). Tabela Brasileira de Composição de Alimentos. 4ª ed. Campinas; 2011.

USDA Food Composition Databases [internet]. Version 3.9.5.3. National Agricultural Library;2018 [acesso em 03 Jun 2018]. Disponível em: <https://ndb.nal.usda.gov/ndb/>

3.10. DIETA GERAL POBRE EM POTÁSSIO (HIPOCALÊMICA) - POBREK

DEFINIÇÃO

Dieta com restrição de alimentos que apresentam alto teor de potássio. É uma dieta com característica branda por ser este um mineral que, durante o processo de cocção, é normalmente reduzido (cerca de 60% é desprezado na água de cozimento).

INDICAÇÃO

Pacientes com nível elevado de potássio sérico ou em terapia renal dialítica.

Grupos Alimentares	Alimentos Recomendados	Alimentos evitados
Pães, Cereais, Arroz e Massas	Todos	Cereais integrais com moderação, pão de forma industrializado
Carnes, Aves, Peixes e Ovos	Todos	Peru, miúdos, camarão e peixes com moderação
Leite e derivados	Todos	Nenhum
Leguminosas	Nenhuma	Todos
Legumes e Verduras	Todos cozidos	Todos crus, molho/extrato de tomate industrializado
Frutas	Todas cozidas	Todas cruas, secas e oleaginosas, carambola
Gorduras, Óleos e Açúcar	Todos	Calda de frutas, chocolate/cacau, doces em compotas e concentrados

RECOMENDAÇÕES ESPECÍFICAS

- Para pacientes com diabetes, o consumo de cereais integrais deve ser moderado.
- Consumo moderado de peixes, evitando bacalhau, salmão e em conserva (sardinha e atum).
- Para pacientes com doença renal crônica, o consumo de leite e derivados deve ser moderado devido à necessidade de restrição concomitante de fósforo dos alimentos.
- Leguminosas, legumes/verduras/frutas cruas: para pacientes internados, não ofertar nenhum tipo desses alimentos (mesmo os que possuem baixo teor de potássio) por considerar a internação como um evento crítico/agudo. Alimentos crus com baixo teor de potássio poderão ser consumidos após a alta hospitalar ou conforme adaptação do nutricionista.
- Legumes, verduras e frutas cozidas (modo de preparo): descascar, picar, colocar em bastante água e deixar ferver, escorrer a água do cozimento e refogar/temperar após. A água de cozimento deve ser desprezada, pois boa parte do potássio é eliminada nela. Não é necessário passar o alimento em mais de um cozimento.
- Ao preparar sopas à base de legumes ou verduras, deve-se desprezar a água de cozimento e temperar após.
- Evitar o consumo excessivo de suco de industrializado, mel, geleia e gelatina.

- Evitar o uso de caldo de carnes e legumes concentrados (industrializados e/ou naturais), enlatados, frios, embutidos e conservas em geral.
- Evitar o uso de água de coco, caldo de cana, café solúvel e sal diet.

EXEMPLO DE CARDÁPIO

Alimento	Medida caseira	Gramagem
Desjejum		
Café com leite	1 copo	50ml / 100ml
Açúcar	2 sachês	10g
Pão francês	2 unidades	50g
Margarina com sal	1 sachê	10g
Cream cheese	1 sachê	18g
Fruta cozida sem calda	1 porção	100g
logurte	1 unidade	90ml
Almoço		
Salada simples com 2 componentes cozidos (legumes / verduras)	1 porção	40g-60g
Azeite de oliva extra virgem	1 sachê	8ml
Vinagre	1 sachê	8ml
Sal	1 sachê	1g
Sopa (composta de legumes, verduras, cereais e proteína animal)	1 porção	200ml
Arroz branco	1 porção	100g
Prato principal (carne vermelha / frango / peixe / ovo)	1 porção / 2 unidades	120g-150g
Guarnição (legumes / verduras / massas)	1 porção	80-120g
Doce simples sem calda	1 unidade	100g
Suco industrializado	1 unidade	100-200ml
Lanche da tarde		
Café com leite	1 copo	50ml / 100ml
Açúcar	2 sachês	10g
Pão macio / bolo simples	1 unidade	25g / 40-60g
Margarina com sal	1 sachê	15g
Fruta cozida sem calda	1 porção	100g
Jantar		
Salada simples com 2 componentes cozidos (legumes / verduras)	1 porção	40g-60g
Azeite de oliva extra virgem	1 sachê	8ml
Vinagre	1 sachê	8ml
Sal	1 sachê	1g
Sopa (composta de legumes, verduras, cereais e proteína animal)	1 porção	200ml

Arroz branco	1 porção	100g
Prato principal (carne vermelha / frango / peixe / ovo)	1 porção / 2 unidades	120g-150g
Guarnição (legumes / verduras / massas)	1 porção	80-120g
Fruta cozida sem calda	1 porção	100g
Suco industrializado	1 unidade	100-200ml
Lanche noturno		
Chá	1 copo	200ml
Açúcar	2 sachês	10g
Torrada	1 sachê	15g
Geléia	1 sachê	15g

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL*

CARDÁPIO DIETA GERAL POBRE EM POTÁSSIO % VD (**)

Valor energético	2601,3 kcal ou 621,7 kJ	
Carboidratos	321,4 g	49,4
Proteínas	116,1 g	17,9
Gorduras	73,6 g	25,5

* Valor referente à média de três dias aleatórios e não consecutivos do cardápio da Instituição.

** % Valores diários de referência com base em uma dieta com 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

REFERENCIAS

Carvalho AB, Cuppari L. Controle da hiperfosfatemia na DRC. J Bras Nefrol 2011;33(2):189-247.

Cuppari L, Avesani CM, Mendonça COG, Martini LA, Monte, JCM. In: Cuppari L, Schor N (editor). Guias de medicina ambulatorial e hospitalar: Nutrição clínica no Adulto. 2 ed. São Paulo, SP: Manole, 2005, p. 189-220.

Cuppari L, Amancio OMC, Nobrega M, Sabbaga E. Preparo de vegetais para utilização em dieta restrita em potássio. Nutrire: rev. Soc. Bras. Alim. Nutr. 2004;28:1-7.

National Kidney Foundation. K/DOQI clinical practice guidelines for bone metabolism and disease in chronic kidney disease. Am J Kidney Dis Off J Natl Kidney Found. 2003 Oct;42(4 Suppl 3):S1-201.

Sociedade brasileira de Nefrologia. Nutrição [Internet]. São Paulo. [acesso em 10 nov 2018]. Disponível em: <https://sbn.org.br/publico/nutricao/>

3.11. DIETA PARA ENCEFALOPATIA HEPÁTICA - ENCEF

DEFINIÇÃO

Dieta com teor reduzido de aminoácidos aromáticos e com maior oferta de aminoácidos de cadeia ramificada.

INDICAÇÃO

Pacientes com encefalopatia hepática graus III e IV.

Grupo alimentares	Alimentos recomendados	Alimentos evitados
Pães, Cereais, Arroz e Massas	Todos, com preferência aos integrais	Nenhum
Carnes, Aves, Peixes, Ovos e Proteína texturizada de soja (PTS)	Peixes e PTS	Carnes, aves e ovos
Leite e derivados	Nenhum	Todos
Leguminosas	Todas	Nenhuma
Legumes e Verduras	Todos	Nenhum
Frutas	Todas, com preferência as laxativas	Frutas obstipantes
Gorduras, Óleos, Açúcar e Sal	Todos com moderação	Nenhum

RECOMENDAÇÕES ESPECÍFICAS

- Evitar o consumo excessivo de alimentos industrializados ricos em sódio, evitar embutidos, enlatados em conserva, alimentos gordurosos e frituras em geral.
- Acrescentar leguminosas (feijão, lentilha, ervilha, grão de bico e soja) nas preparações, como saladas por exemplo.
- Dar preferência a alimentos e preparações laxativas.

EXEMPLO DE CARDÁPIO

Alimento	Medida caseira	Gramagem
Desjejum		
Café com leite de soja	1 copo	50ml / 100ml
Açúcar	2 sachês	10g
Pão integral	2 unidades	50g
Geleia	2 sachês	30g
Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
Suco de industrializado	1 unidade	200ml
Aveia em flocos	1 porção	10g
Almoço		
Salada simples com 2 componentes (legumes / verduras / grãos)	1 porção	40g-60g
Azeite de oliva extra virgem	1 sachê	8ml
Vinagre	1 sachê	8ml
Sal	1 sachê	1g
Arroz integral	1 porção	100g
Feijão	1 porção	80g
Prato principal (peixe ou soja / PTS)	1 porção	120-150g
Guarnição (legumes / verduras / massas)	1 porção	80-120g
Doce simples de leite de soja	1 unidade	100g
Suco industrializado	1 unidade	100-200ml
Lanche da tarde		
Leite de soja com achocolatado	1 copo	200ml
Pão integral	1 unidade	25g
Geleia	1 sachê	15g
Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
Jantar		
Salada simples com 2 componentes (legumes / verduras / grãos)	1 porção	40g-60g
Azeite de oliva extra virgem	1 sachê	8ml
Vinagre	1 sachê	8ml
Sal	1 sachê	1g
Arroz integral	1 porção	100g
Sopa (composta de legumes, verduras, cereais e proteína animal)	1 porção	200ml
Prato principal (peixe ou soja / PTS)	1 porção	120-150g
Guarnição (legumes / verduras / massas)	1 porção	80-120g
Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
Suco industrializado	1 unidade	100-200ml
Lanche noturno		

Chá	1 copo	200ml
Açúcar	2 sachês	10g
Torrada integral	1 sachê	15g
Geléia	1 sachê	15g

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL*

CARDÁPIO DIETA GERAL PARA ENCEFALOPATIA HEPÁTICA			% VD (**)
Valor energético	2248,0 kcal ou 537,3 kJ		
Carboidratos	105,2 g		18,7
Proteínas	79,5 g		14,1
Gorduras	34,6 g		13,9

* Valor referente à média de três dias aleatórios e não consecutivos do cardápio da Instituição.

** % Valores diários de referência com base em uma dieta com 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

REFERENCIAS

Iauth M, Cabre E, Riggio O, Assis-Camilo M, Pirlich M, Kondrup J, *et al.* ESPEN Guidelines on Enteral Nutrition: Liver disease. Clin Nutr. 2006; 25(2):285-94.

Jesus RP, Oliveira LPM, Silva AO, Waitzberg DL. Insuficiência hepática aguda e crônica in Nutrição oral, enteral e parenteral na prática clinica. 5.ed. Rio de Janeiro: Atheneu; 2017.

3.12. DIETA PARA NEUTROPENIA - NEUTROP

DEFINIÇÃO

Dieta que visa garantir qualidade higiênica sanitária e o tratamento térmico dos alimentos manipulados, servidos e que oferecem maior risco de contaminação.

INDICAÇÃO

Pacientes imunossuprimidos como: Síndrome da imunodeficiência adquirida - AIDS, câncer, transplantados, em tratamento de radioterapia e quimioterapia ou que apresentem alterações nas células de defesa (leucócitos e neutrófilos) onde os valores de referência encontram se abaixo do recomendado.

Grupos Alimentares	Alimentos Recomendados	Alimentos evitados
Pães, Cereais, Arroz e Massas	Todos	Nenhum
Carnes, Aves, Peixes e Ovos	Todos	Carnes (vermelha, aves, peixes, produtos defumados) cru ou mal cozidas, ovos crus ou com gema mole após cocção
Leite e derivados	Leite e derivados pasteurizados	Queijos frescos, curados, ou que sejam manipulados, iogurte e leite fermentado
Leguminosas	Todos	Nenhuma
Legumes e Verduras	Cozidos ou refogados	Brócolis e couve-flor Todos crus
Frutas	Frutas cozidas, ou com a casca grossa (ex. melão, melancia, laranja, abacaxi) desde que realizada a desinfecção, sucos e vitaminas com polpa de frutas pasteurizada	Frutas cruas e com casca fina (ex. uva, jabuticaba, framboesa, amora, caqui, cereja, morango, pêssego, ameixa, maçã, pera, manga, mamão)
Gorduras, Óleos e Açúcar	Todos	Nenhum

RECOMENDAÇÕES ESPECÍFICAS

- Evitar ervas e especiarias secas e cruas; usar apenas durante o cozimento das preparações (não adicionar à preparação pronta).
- Evitar liberação de alimentos externos – domicílio.
- Evitar frutas secas e oleaginosas (nozes, castanha do Pará, amendoim, castanha de caju, amêndoas, avelã).
- Água deve ser mineral, filtrada ou fervida.
- Borrifar álcool 70% nas embalagens dos produtos a serem servidos na dieta.
- Utilizar solução sanitizante nos utensílios a serem utilizados por este paciente.

EXEMPLO DE CARDÁPIO

Alimento	Medida caseira	Gramagem
Desjejum		
Café com leite	1 copo	50ml / 100ml

Açúcar	2 sachês	10g
Pão francês	2 unidades	50g
Margarina com sal	1 sachê	10g
Cream cheese	1 sachê	18g
Fruta crua de casca grossa	1 porção / 1 unidade	100g
Suco de industrializado	1 unidade	100-200ml
Almoço		
Salada simples com 2 componentes cozidos (legumes / verduras / grãos)	1 porção	40g-60g
Azeite de oliva extra virgem	1 sachê	8ml
Vinagre	1 sachê	8ml
Sal	1 sachê	1g
Arroz branco	1 porção	100g
Feijão	1 porção	80g
Prato principal (carne vermelha / frango / peixe / ovo)	1 porção / 2 unidades	120g-150g
Guarnição (legumes / verduras / massas)	1 porção	80-120g
Doce simples	1 unidade	100g
Suco industrializado	1 unidade	200ml
Lanche da tarde		
Leite com achocolatado	1 copo	200ml
Pão macio / bolo simples	1 unidade	25g / 40-60g
Margarina com sal	1 sachê	15g
Fruta crua de casca grossa	1 porção / 1 unidade	100g
Jantar		
Salada simples com 2 componentes cozidos (legumes / verduras / grãos)	1 porção	40g-60g
Azeite de oliva extra virgem	1 sachê	8ml
Vinagre	1 sachê	8ml
Sal	1 sachê	1g
Arroz branco	1 porção	100g
Sopa (composta de legumes, verduras, cereais e proteína animal)	1 porção	200ml
Prato principal (carne vermelha / frango / peixe / ovo)	1 porção / 2 unidades	120g-150g
Guarnição (legumes / verduras / massas)	1 porção	80-120g
Fruta crua de casca grossa / fruta cozida	1 porção / 1 unidade	100g
Suco industrializado	1 unidade	100-200ml
Lanche noturno		
Chá	1 copo	200ml
Açúcar	2 sachês	10g
Torrada	1 sachê	15g
Geléia	1 sachê	15g

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL*

CARDÁPIO DIETA GERAL PARA NEUTROPENIA		
		% VD (**)
Valor energético	2809,9 kcal ou 671,6 kJ	
Carboidratos	428,1 g	60,9
Proteínas	120,9 g	17,2
Gorduras	70,6 g	22,6

* Valor referente à média de três dias aleatórios e não consecutivos do cardápio da Instituição.

** % Valores diários de referência com base em uma dieta com 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

REFERENCIAS

American Society of Clinical Oncology (ASCO) [internet]. Alexandria; 2018 [acesso em 1 nov 2018]. Disponível em: <https://www.cancer.net/survivorship/healthy-living/food-safety-during-and-after-cancer-treatment>

Brasil. Ministério da Saúde. Instituto Nacional de Câncer. Consenso nacional de nutrição Oncológica. Rio de Janeiro: INCA, 2009.

Kaplan JE, Dykewicz CA. Guidelines for Preventing Opportunistic Infections Among Hematopoietic Stem Cell Transplant Recipients. Centers for Disease Control [internet]. 2000 [acesso em 01 nov 2018];49(RR10):1-128. Disponível em <https://www.cdc.gov/mmwr/preview/mmwrhtml/rr4910a1.htm>.

3.13. DIETA PARA RESTRIÇÃO HÍDRICA - RH

DEFINIÇÃO

Dieta com quantificação de líquidos.

INDICAÇÃO

Pacientes que apresentam edemas, ascite, anasarca ou comorbidades crônicas onde se tem o aumento dos fluidos corporais como insuficiência cardíaca pulmonar e doença renal.

Grupos Alimentares	Alimentos Recomendados	Alimentos evitados
Pães, Cereais, Arroz e Massas	Todos	Nenhum
Carnes, Aves, Peixes e Ovos	Carnes magras, peixes magros e aves sem pele	Nenhum
Leite e derivados	Todos	Nenhum
Leguminosas	Todos	Feijão com caldo, caldo de feijão
Legumes e Verduras	Todos	Nenhum
Frutas	Todos, exceto as evitados	Frutas com alto teor de líquido (melancia, melão, laranja, limão, abacaxi) e água de coco
Gorduras, Óleos e Açúcar	Todos	Nenhum

RECOMENDAÇÕES ESPECÍFICAS

- Adequar à quantidade de líquidos de acordo com o volume de restrição hídrica informado pela equipe médica ou farmacêutica.
- Não faz parte da dieta sobremesas como gelatina e spumone.

EXEMPLO DE CARDÁPIO

Alimento	Medida caseira	Gramagem
Desjejum		
Pão francês	2 unidades	50g
Margarina com sal	1 sachê	10g
Cream cheese	1 sachê	18g
Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
Almoço		
Salada simples com 2 componentes (legumes / verduras / grãos)	1 porção	40g-60g
Azeite de oliva extra virgem	1 sachê	8ml
Vinagre	1 sachê	8ml
Sal	1 sachê	1g

Arroz branco	1 porção	100g
Feijão batido	1 porção	80g
Prato principal (carne vermelha / frango / peixe / ovo)	1 porção / 2 unidades	120g-150g
Guarnição (legumes / verduras / massas)	1 porção	80-120g
Doce simples	1 unidade	100g
Lanche da tarde		
Pão macio / bolo simples	1 unidade	25g / 40-60g
Margarina com sal	1 sachê	15g
Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
Jantar		
Salada simples com 2 componentes (legumes / verduras / grãos)	1 porção	40g-60g
Azeite de oliva extra virgem	1 sachê	8ml
Vinagre	1 sachê	8ml
Sal	1 sachê	1g
Sopa batida (composta de legumes, verduras, cereais e proteína animal)	1 porção	200ml
Arroz branco	1 porção	100g
Prato principal (carne vermelha / frango / peixe / ovo)	1 porção / 2 unidades	120g-150g
Guarnição (legumes / verduras / massas)	1 porção	80-120g
Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
Lanche noturno		
Torrada	1 sachê	15g
Geléia	1 sachê	15g

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL*

CARDÁPIO DIETA GERAL COM RESTRIÇÃO HÍDRICA % VD (**)

Valor energético	2157,8 kcal ou 515,7 kJ	
Carboidratos	284,9 g	52,8
Proteínas	111,2 g	20,6
Gorduras	63,9 g	11,9

* Valor referente à média de três dias aleatórios e não consecutivos do cardápio da Instituição.

** % Valores diários de referência com base em uma dieta com 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

REFERENCIAS

Sahade V, Montera VSP. Tratamento nutricional em pacientes com insuficiência cardíaca. Rev

Nutr. 2009;22(3):399-408.

3.14. DIETA SINDROME DO INTESTINO CURTO - SIC

DEFINIÇÃO

Dieta isenta de alimentos, preparações que contenham gordura, alimentos fermentáveis, fibras solúveis, lactose e sacarose, com objetivo de auxiliar no retardo do funcionamento intestinal e tempo de transito, absorção de nutrientes, atuando na prevenção do desconforto abdominal, diarreia, desidratação e desnutrição.

INDICAÇÃO

Pacientes com síndrome do intestino curto, resultante de ressecções no comprimento do intestino delgado.

3.14.1. DIETA FASE 1

Grupo alimentares	Alimentos recomendados	Alimentos evitados
Pães, Cereais, Arroz e Massas	Nenhum	Todos
Carnes, Aves, Peixes e Ovos	Nenhum	Todos
Leite e derivados	Nenhum	Todos
Leguminosas	Nenhum	Todos
Legumes e Verduras	Nenhum	Todos
Frutas	Nenhum	Todos
Gorduras, Óleos e Açúcar	Gelatina	Todos

3.14.2. DIETA FASE 2A

Grupo alimentares	Alimentos recomendados	Alimentos Evitados
Pães, Cereais, Arroz e Massas	Todos refinados	Integrais
Carnes, Aves, Peixes e Ovos	Nenhum	Todos
Leite e derivados	Nenhum	Todos
Leguminosas	Nenhum	Todos
Legumes e Verduras	Legumes cozidos sem casca e sem semente	Verduras
Frutas	Nenhuma	Todas
Gorduras, Óleos e Açúcar	Adoçantes artificiais com moderação	Açúcar, óleos e gorduras

3.14.3. DIETA FASE 2B

Grupo alimentares	Alimentos recomendados	Alimentos Evitados
Pães, Cereais, Arroz e Massas	Todos refinados	Integrais
Carnes, Aves, Peixes e Ovos	Todos	Ovos
Leite e derivados	Nenhum	Todos
Leguminosas	Nenhum	Todos
Legumes e Verduras	Legumes cozidos sem casca e sem semente	Verduras
Frutas	Todas, cozidas sem casca e sem semente	Cruas
Gorduras, Óleos e Açúcar	Adoçantes artificiais com moderação	Açúcar, óleos e gorduras

3.14.4. DIETA FASE 3

Grupo alimentares	Alimentos recomendados	Alimentos Evitados
Pães, Cereais, Arroz e Massas	Todos refinados	Integrais
Carnes, Aves, Peixes e Ovos	Todos	Ovos
Leite e derivados	Nenhum	Todos
Leguminosas	Somente caldo	Grãos
Legumes e Verduras	Legumes cozidos sem casca e sem semente	Verduras
Frutas	Todas, cozidas sem casca e sem semente	Cruas
Gorduras, Óleos e Açúcar	Adoçantes artificiais com moderação	Açúcar, óleos e gorduras

RECOMENDAÇÕES ESPECÍFICAS

- A transição para as fases seguintes da dietoterapia depende da individualidade e evolução do quadro clínico do paciente.

EXEMPLO DE CARDÁPIO

DIETA FASE 1

Alimento	Medida caseira	Gramagem
Desjejum		
Chá	1 copo	200ml
Adoçante	2 sachês	0,16g
Gelatina diet	1 unidade	100ml
Almoço		
Chá	1 copo	200ml
Adoçante	2 sachês	0,16g
Gelatina diet	1 unidade	100ml
Lanche da tarde		
Chá	1 copo	200ml

Adoçante	2 sachês	0,16g
Gelatina diet	1 unidade	100ml
Jantar		
Chá	1 copo	200ml
Adoçante	2 sachês	0,16g
Gelatina diet	1 unidade	100ml
Lanche noturno		
Chá	1 copo	200ml
Adoçante	2 sachês	0,16g
Gelatina diet	1 unidade	100ml

DIETA FASE 2A

Alimento	Medida caseira	Gramagem
Desjejum		
Chá claro	1 copo	200 ml
Adoçante	2 sachês	0,16g
Pão francês / biscoito salgado	1 unidade / 2 sachês	25g / 19g
Tapioca	1 porção	100g
Geleia diet	2 sachês	30g
Almoço		
Arroz branco	1 porção	100g
Guarnição (legumes)	1 porção	100g
Gelatina diet	1 unidade	100g
Água de coco	1 unidade	200ml
Lanche da tarde		
Chá claro	1 copo	200 ml
Adoçante	2 sachês	0,16g
Pão francês / biscoito salgado	1 unidade / 2 sachês	25g / 19g
Tapioca	1 porção	100g
Geleia diet	2 sachês	30g
Jantar		
Arroz branco	1 porção	100g
Guarnição (legumes)	1 porção	100g
Gelatina diet	1 unidade	100g
Água de coco	1 unidade	200ml
Lanche noturno		
Chá claro	1 copo	200 ml
Adoçante	2 sachês	0,16g

Pão francês / biscoito salgado	1 unidade / 2 sachês	25g / 19g
Tapioca	1 porção	100g
Geleia diet	2 sachês	30g

DIETA FASE 2B

Alimento	Medida caseira	Gramagem
Desjejum		
Chá claro	1 copo	200 ml
Adoçante	2 sachês	0,16g
Pão francês / biscoito salgado	1 unidade / 2 sachês	25g / 19g
Tapioca	1 porção	100g
Geleia diet	2 sachês	30g
Fruta cozida	1 porção	100g
Almoço		
Arroz branco	1 porção	100g
Guarnição (legumes)	1 porção	100g
Prato principal (frango / peixe) - primeiro dia	1 porção	120g-150g
Prato principal (carne vermelha) - a partir do segundo dia	1 porção	120g-150g
Gelatina diet	1 unidade	100g
Água de coco	1 unidade	200ml
Lanche da tarde		
Chá claro	1 copo	200 ml
Adoçante	2 sachês	0,16g
Pão francês / biscoito salgado	1 unidade / 2 sachês	25g / 19g
Tapioca	1 porção	100g
Geleia diet	2 sachês	30g
Fruta cozida	1 porção	100g
Jantar		
Arroz branco	1 porção	100g
Guarnição (legumes)	1 porção	100g
Prato principal (frango / peixe) - primeiro dia	1 porção	120g-150g
Prato principal (carne vermelha) - a partir do segundo dia	1 porção	120g-150g
Gelatina diet	1 unidade	100g
Água de coco	1 unidade	200ml
Lanche noturno		
Chá claro	1 copo	200 ml
Adoçante	2 sachês	0,16g

Pão francês / biscoito salgado	1 unidade / 2 sachês	25g / 19g
Tapioca	1 porção	100g
Geleia diet	2 sachês	30g
Fruta cozida	1 porção	100g

DIETA FASE 3

Alimento	Medida caseira	Gramagem
Desjejum		
Chá claro	1 copo	200 ml
Adoçante	2 sachês	0,16g
Pão macio	1 unidade	25g
Tapioca	1 porção	100g
Geleia diet	2 sachês	30g
Fruta cozida	1 porção	100g
Almoço		
Arroz branco	1 porção	100g
Caldo de feijão	1 porção	200ml
Prato principal (carne vermelha / frango / peixe)	1 porção	120g-150g
Gelatina diet	1 unidade	100g
Água de coco	1 unidade	200ml
Lanche da tarde		
Chá claro	1 copo	200 ml
Adoçante	2 sachês	0,16g
Pão macio	1 unidade	25g
Tapioca	1 porção	100g
Geleia diet	2 sachês	30g
Fruta cozida	1 porção	100g
Jantar		
Arroz branco	1 porção	100g
Sopa (composta de legumes, verduras, cereais e proteína animal)	1 porção	200ml
Prato principal (carne vermelha / frango / peixe)	1 porção	120g-150g
Gelatina diet	1 unidade	100g
Água de coco	1 unidade	200ml
Lanche noturno		
Chá claro	1 copo	200 ml
Adoçante	2 sachês	0,16g
Pão macio	1 unidade	25g

Tapioca	1 porção	100g
Geléia diet	2 sachês	30g
Fruta cozida	1 porção	100g

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL*

CARDÁPIO DIETA PADRÃO PARA SIC 3 % VD (**)

Valor		
energético	2373,8 kcal ou 567,4 kJ	
Carboidratos	243,8 g	41,1
Proteínas	112,6 g	19,0
Gorduras	31,9 g	12,1

* Valor referente à média de três dias aleatórios e não consecutivos do cardápio da Instituição.

** % Valores diários de referência com base em uma dieta com 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

REFERENCIAS

Nonino CB, Borges RM, Pasquali LS, Marchini JS. Terapia nutricional oral em pacientes com Síndrome do Intestino Curto. Rev. Nutr. 2001;14(3):201-205

3.15. DIETA ISENTA DE GLÚTEN

DEFINIÇÃO

Dieta isenta de produtos e preparações culinárias que possuem na sua composição trigo, centeio, aveia e cevada e seus derivados (malte e extrato de malte).

INDICAÇÃO

Pacientes com diagnóstico de doença celíaca ou com intolerância ao glúten.

Grupo alimentares	Alimentos recomendados	Alimentos Evitados
Pães, Cereais, Arroz e Massas	Arroz, milho, fubá, fécula de batata, polvilho e tapioca	Preparações com trigo, centeio, cevada e aveia.
Carnes, Aves, Peixes e Ovos	Todos	Nenhum
Leite e derivados	Todos	Nenhum
Leguminosas	Todos	Nenhum
Legumes e Verduras	Todos	Nenhum
Frutas	Todas	Nenhum
Gorduras, Óleos e Açúcar	Todos	Nenhum

RECOMENDAÇÕES ESPECÍFICAS

- Evitar alimentos industrializados que possuem a informação no rótulo: “contém glúten” se atentar a rotulagem e lista de ingredientes.

EXEMPLO DE CARDÁPIO

Alimento	Medida caseira	Gramagem
Desjejum		
Café com leite	1 copo	50ml / 100ml
Açúcar	2 sachês	10g
Crepioca	1 porção	100g
Margarina com sal	1 sachê	10g
Cream cheese	1 sachê	18g
Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
Iogurte	1 unidade	90ml
Almoço		
Salada simples com 2 componentes (legumes / verduras / grãos)	1 porção	40-60g
Azeite de oliva extra virgem	1 sachê	8ml
Vinagre	1 sachê	8ml
Sal	1 sachê	1g
Arroz branco	1 porção	100g
Feijão	1 porção	80g

Prato principal (carne vermelha / frango / peixe / ovo)	1 porção / 2 unidades	120-150g
Guarnição (legumes / verduras)	1 porção	80-120g
Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
Suco industrializado	1 unidade	100-200ml
Lanche da tarde		
Leite puro	1 copo	200ml
Margarina com sal	1 sachê	10g
Tapioca	1 unidade	100g
Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
Jantar		
Salada simples com 2 componentes (legumes / verduras / grãos)	1 porção	40-60g
Azeite de oliva extra virgem	1 sachê	8ml
Vinagre	1 sachê	8ml
Sal	1 sachê	1g
Arroz branco	1 porção	100g
Sopa (composta de legumes, verduras, cereais e proteína animal)	1 porção	200ml
Prato principal (carne vermelha / frango / peixe / ovo)	1 porção / 2 unidades	120-150g
Guarnição (legumes / verduras)	1 porção	80-120g
Fruta crua	1 porção / 1 unidade	100g
Suco industrializado	1 unidade	100-200ml
Lanche noturno		
Chá	1 copo	200ml
Açúcar	2 sachês	10g
Tapioca	1 unidade	100g
Geléia	1 sachê	15g

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL*

CARDÁPIO DIETA GERAL SEM GLÚTEN		% VD (**)
Valor energético	2872,2 kcal ou 686,5 kJ	
Carboidratos	411,6 g	57,3
Proteínas	124,5 g	17,3
Gorduras	82,1 g	11,4

* Valor referente à média de três dias aleatórios e não consecutivos do cardápio da Instituição.

** % Valores diários de referência com base em uma dieta com 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

REFERENCIAS

Nascimento KO, Barbosa MIMJ, Takeiti C. Doença Celíaca: Sintomas, Diagnóstico e Tratamento Nutricional. Saúde em Revista. 2012;12(30):53-63.

4. DIETA PARA PREPARO DE EXAMES

4.1. DIETA PET-CT (Tomografia Computadorizada por Emissão de Pósitrons)

DEFINIÇÃO

Dieta com restrição de alimentos e ou preparações fontes de carboidratos simples e complexos.

INDICAÇÃO

Pacientes com necessidade de preparo para exame PET-CT.

Grupos Alimentares	Alimentos Recomendados	Alimentos Evitados
Pães, Cereais, Arroz e Massas	Nenhum	Farinhas em geral (trigo, centeio, arroz, aveia, semolina, amido de milho, soja e produtos derivados destes ingredientes como: bolachas, biscoitos, pães, torradas, bolos e tortas
Carnes, Aves, Peixes e Ovos	Carnes magras, peixes magros e aves sem pele	Nenhum
Leite e derivados	Leite	Derivados de leite
Leguminosas	Nenhum	Feijão, lentilha, ervilha, grão de bico, soja e derivados
Legumes e Verduras	Vegetais folhosos	Legumes, tubérculos e raízes
Frutas	Limão	Todos
Gorduras, Óleos e Açúcar	Todos	Nenhum

RECOMENDAÇÕES ESPECÍFICAS

- Evitar o consumo de bebidas açucaradas (sucos, refrigerantes, bebidas aromatizadas e alcoólicas).

EXEMPLO DE CARDÁPIO

Alimento	Medida caseira	Gramagem
Desjejum		
Café com leite	1 copo	50ml / 100ml
Adoçante	2 sachês	0,16g
Ovos mexidos	1 porção	120g
Gelatina diet	1 unidade	100ml
Almoço		
Salada crua de alface e tomate	1 porção	40g
Vinagre	1 sachê	8ml
Sal	1 sachê	1g
Prato principal (carne vermelha / frango / peixe / ovo)	1 porção / 2 unidades	120-150g
Guarnição (verduras)	1 porção	80-120g
Gelatina diet	1 unidade	100ml
Suco de limão natural	1 copo	100-200ml
Adoçante	2 sachês	0,16g
Lanche da tarde		
Café com leite	1 copo	50ml / 100ml
Adoçante	2 sachês	0,16g
Queijo branco	4 fatias	40g
Gelatina diet	1 unidade	100ml
Jantar		
Salada crua de alface e tomate	1 porção	40g
Vinagre	1 sachê	8ml
Sal	1 sachê	1g
Prato principal (carne vermelha / frango / peixe / ovo)	1 porção / 2 unidades	120-150g
Guarnição (verduras)	1 porção	80-120g
Gelatina diet	1 unidade	100ml
Suco de limão natural	1 copo	100-200ml
Adoçante	2 sachês	0,16g
Lanche noturno		
Chá	1 copo	200ml
Adoçante	2 sachês	0,16g
Queijo branco	4 fatias	40g
Gelatina diet	1 unidade	100ml

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL*

CARDÁPIO DIETA GERAL PARA PREPARO DO EXAME PET-CT			% VD (**)
Valor energético	1225,1 kcal ou 292,8 kJ		
Carboidratos	41,8 g		13,7
Proteínas	113,2 g		37,0
Gorduras	69,7 g		22,8

* Valor referente à média de três dias aleatórios e não consecutivos do cardápio da Instituição.

** % Valores diários de referência com base em uma dieta com 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

REFERENCIAS

Hambles SM, Lowe VJ. Clinical 18f-FDG oncology patient preparation techniques. J. Nud. Med. Technol. Reston. 2003;31(1):3-10.

Santos OR, Leão AMAC. Técnicas para aplicação de FDG-18 na clínica médica oncológica, Acta Scientiarum. Health Sciences. 2007;29(2):139-143.