



**ESTADO DO MARANHÃO
SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE
SECRETARIA ADJUNTA DE ASSISTÊNCIA À SAÚDE DEPARTAMENTO DA
QUALIDADE E PROJETOS ESPECIAIS DE SAÚDE**

**PROTOCOLO DE PADRONIZAÇÃO DE DIETAS ORAIS DOS
HOSPITAIS DA REDE ESTADUAL DO MARANHÃO (UNIDADES DE
INTERNAÇÃO, ENFERMIARIAS, UTIs, UCIs E CENTROS DE
HEMODIÁLISE)**

São Luís – MA

2021

| | | |
|---|--|---|
|  | PROTOCOLO | DOC N° 01 SES/QUA/ASS /PT 0006 |
| | PROTOCOLO DE PADRONIZAÇÃO DE DIETAS ORAIS DOS HOSPITAIS DA REDEESTADUAL DO MARANHÃO | VERSÃO 02 |
| | | VALIDADE 30/05/2023 |
| ELABORAÇÃO Ruth Lima de Oliveira Yanne Holanda Lopes | CARGO Nutricionista H. V. Luizão Nutricionista H. V. Luizão | DATA 01/05/2021 |
| REVISÃO Raimunda Moura Cardoso Costa Caroline Cardoso de Souza Gabriela Rodrigues Anconi Renata de Sousa Gomes | CARGO Nutricionista SAAS /SES Nutricionista Hospital Dr. Carlos Macieira Nutricionista H. de Câncer T. L. Filho Nutricionista. Hospital Dr. Carlos Macieira | DATA 30/05/2022 |
| APROVAÇÃO Carlos Vinicius Quadros Ribeiro | CARGO Secretário Adjunto de Assistência à Saúde | DATA 30/05/2022 |
| RESPONSÁVEIS Nutrição SAAS/SES Equipe assistencial | DISTRIBUIDO PARA Unidades de Internação – Enfermarias, UTI e Centros de Hemodiálise | |

1. INTRODUÇÃO

A alimentação por via oral é a preferencial. É o método mais natural e desejável, deve ser de eleição em pacientes dotados de bom nível de consciência e que tenham algum grau de permeabilidade do tubo digestivo.

2. OBJETIVO

Padronizar a nomenclatura e as dietas oferecidas pelo Serviço de Nutrição e Dietética aos pacientes com dieta oral liberada em prescrição e estabelecer normas para aplicação desta padronização.

3. DESCRIÇÃO

A atenção nutricional é essencial em uma unidade hospitalar, agregando cuidados relativos à alimentação e nutrição voltados à promoção e proteção da saúde, à prevenção, ao diagnóstico e ao tratamento de agravos, associada às demais ações de atenção à saúde. Para a aplicação deste, recomenda-se a realização da triagem e avaliação, acompanhamento e manutenção nutricional na atenção especializada hospitalar, configurando uma assistência de qualidade individualizada em Terapia Nutricional.

A dieta hospitalar é primordial na manutenção e/ou recuperação da saúde do paciente, juntamente com todo o cuidado médico e de uma equipe multidisciplinar. (SOUZA; MOLERO; MOLINA, 2021). Ao analisar o ambiente hospitalar, nota-se que, indivíduos não se alimentam corretamente no período de internação levando à desnutrição, aumento das complicações e, conseqüentemente, ao aumento dos custos de internação para o SUS (BRASIL, 2016).

4. RESPONSABILIDADE

Todos os profissionais envolvidos com a dieta oral dos pacientes internados (Nutricionistas, Médicos, Enfermeiros, Fonoaudiólogos, Técnicos de Enfermagem, Técnicos de Nutrição e etc.).

5. CONCLUSÃO

A identificação precoce do risco nutricional é de suma importância para que as estratégias de tratamento possam ser planejadas de maneira mais rápida e efetiva possível. Assim, sabe-se que a principal forma de avaliar o estado nutricional em pacientes internados é através da avaliação nutricional, que se inicia pela triagem nutricional.

A triagem avalia o risco nutricional do paciente e caso o referido seja constatado com risco a avaliação nutricional detalhada deve ser realizada para obtenção do diagnóstico. (SOUZA *et al.*, 2018). A partir daí estabelecer um plano alimentar de acordo com as necessidades nutricionais de cada paciente.

A elaboração desse protocolo é de extrema importância para servir de guia para os profissionais de saúde conhecer nomenclaturas e quais alimentos são permitidos em cada tipo de dieta, a fim de sua liberação e/ou oferta de acordo com sua aceitação, patologia, comorbidades, exames em geral e/ou tolerância do paciente.

6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

MARTINS, C et al. **Manual de Dietas Hospitalares**. Curitiba: Nutroclínica, 2001.

MAHAN, LK; ESCOTT-STUMP, S; RAYMOND, JL. **KRAUSE Alimentos, Nutrição e Dietoterapia**. 13ed. Rio de Janeiro: Elsevier/Medicina Nacionais, 2013.

SANTOS, M et al. **Manual de Dietas Hospitalares**. 1 ed. São Paulo: Atheneu, 2014.

SOUZA, M. C. G. C. et al. Estado nutricional e aceitação da dieta por pacientes cardiopatas. *Motricidade*, vol. 14, n. 1, pp. 217-225, 2018

7. ANEXOS/APÊNDICES

7.1 FLUXOGRAMA



7.2 TIPOS DE DIETAS

DIETA LÍQUIDA RESTRITA (OU LÍQUIDA DE PROVA)

Composta por alimentos translúcidos, altamente restritiva e inadequada em TODOS os nutrientes, devendo ser utilizada por poucos dias (no máximo 3 dias). Isenta de sacarose, lactose e glúten.

Indicação: Preparo de determinados exames (colonoscopia), pré e pós cirúrgico.

Alimentos permitidos: Água de coco, chás, gelatina, refresco translúcidos coado de caju, laranja lima e maçã com gotas de limão. Caldo de legumes translúcidos (coado).

| | |
|-----------------|---|
| Desjejum | Chás claros + adoçante (180 ml) |
| Colação | Água de coco ou refresco translúcido e coado (180ml) |
| Almoço | Caldo de legumes translúcidos (coado).+ gelatina diet; (300 ml) |
| Lanche | Água de coco ou refresco translúcido e coado (180 ml) |
| Jantar | Caldo de legumes translúcidos (coado).+ gelatina diet; (300 ml) |
| Ceia | Chás claros + adoçante. (180 ml) |

DIETA LÍQUIDA COMPLETA

Dieta de transição para a dieta sólida, mais calórica que a dieta líquida restrita. O paciente recebe alimentos líquidos translúcidos e não translúcidos.

Alimentos permitidos: Água de coco, chás, sucos, caldos, leite + alimentos permitidos na consistência anterior;

Indicação: Lesões obstrutivas do trato gastrointestinal , pré e pós – cirúrgicos , preparo de determinados exames.

Volume das refeições: 300 ml

| | |
|-----------------|--|
| Desjejum | Leite, chás ou sucos (300 ml); |
| Colação | Sucos ou leite (300 ml); |
| Almoço | Sopa liquidificada fina e coada acrescida de caldo de legumes (300 ml) + gelatina; |
| Lanche | Sucos, leite ou chá (300 ml); |
| Jantar | Sopa liquidificada fina e coada acrescida de caldo de legumes (300 ml) + gelatina; |
| Ceia | Leite, suco e chá. (300 ml) |

DIETA LIQUIDIFICADA

Tem como objetivo minimizar o esforço dos processos de mastigação, deglutição e digestão.

Indicação: Muito utilizada por pacientes com dificuldade de mastigação e deglutição, devido a danos neurológicos, distúrbios neuromotores, alterações anatómicas da boca ou esôfago, ou por indicação da fonoaudiologia devido à disfagia.

Alimentos permitidos: Mingaus (sem grumos), iogurtes, vitaminas e sopas liquidificadas.

| | |
|-----------------|--|
| Desjejum | Mingau (300 ml) |
| Colação | Mingau/ vitaminas de frutas/ polpa com leite que favoreça a consistência cremosa. Ex.: manga, goiaba, graviola/uva/ameixa (300 ml) |
| Almoço | Sopa liquidificada (sopeira de 500ml) Sobremesa: gelatina ou pudim (100 ml) |
| Lanche | Mingau ou vitaminas de frutas/ polpa com leite que favoreça a consistência cremosa (300 ml). Sobremesa: gelatina ou pudim (100 ml) |
| Jantar | Sopa liquidificada (sopeira de 500ml) Sobremesa: gelatina ou pudim (100 ml) |
| Ceia | Mingau (300 ml) |

DIETA LIQUIDA PASTOSA

Difere da liquidificada por permitir mingaus com grumos e sopa inteira com pedaços (vegetais ralados e carnes em geral desfiada ou moída).

| | |
|-----------------|--|
| Desjejum | Mingau (300 ml) |
| Colação | Mingau/ vitaminas de frutas/ polpa com leite que favoreça a consistência cremosa. Ex.: manga, goiaba, graviola/uva/ameixa (300 ml) |
| Almoço | Sopa inteira com pedaços (vegetais ralados e carnes em geral desfiada ou moída). (Copo/sopeira de 500ml) Sobremesa: gelatina ou pudim (100 ml) |
| Lanche | Mingau ou vitaminas de frutas/ polpa com leite que favoreça a consistência cremosa (300 ml). Sobremesa: gelatina ou pudim (100 ml) |
| Jantar | Sopa inteira com pedaços (vegetais ralados e carnes em geral desfiada ou moída). (Copo/sopeira de 500ml) Sobremesa: gelatina ou pudim (100 ml) |
| Ceia | Mingau (300 ml) |

DIETA PASTOSA

Dieta de transição entre a líquida e a Branda. Composta por alimentos macios, moídos, desfiados, amassados, triturados ou em forma de purê, com o objetivo de facilitar a mastigação e digestão. Nessa consistência os alimentos não são liquidificados, mas bem cozidos.

Alimentos permitidos: Arroz pache (amolecido e úmido, semelhante ao arroz de risoto), feijão em consistência de tutu, carne moída, soja, ovo cozido, frango desfiado, tortas, peixe ensopado, purês, bolos macios, manuê, biscoitos maizena, frutas macias (mamão, banana, melancia, uva), sanduiche com patê, pão de queijo, pães (massa fina e de forma), beiju + alimentos permitidos na consistência anterior + líquida completa e restrita;

***EXEMPLO:

| | |
|-----------------|--|
| Desjejum | Café c/ leite, pães massa fina/ biscoito doce e fruta ou mingau; |
| Colação | Vitamina de fruta, iogurte, mingau, suco com biscoito ou bolo, frutas macias, salada de frutas macias. |
| Almoço | Arroz pache, feijão liquidificado, carne desfiada ou moída com molho, frango desfiado com molho, peixe com molho, purê de legumes, legumes amassados, ovo cozido, torta, soja. |
| Lanche | Vitamina de fruta, iogurte, mingau, suco com biscoito ou bolo, frutas macias, salada de frutas macias. |
| Jantar | Arroz pache, feijão liquidificado, carne desfiada ou moída com molho, frango desfiado com molho, peixe com molho, purê de legumes, legumes amassados, ovo cozido, torta, soja. |
| Ceia | Mingau, leite, suco ou chá. |

DIETA BRANDA

Dieta de transição entre a pastosa e geral, com objetivo de fornecer o mínimo possível de fibras que não foram abrandadas por cocção. Fornece calorias suficientes para manter um bom estado nutricional.

Indicação: Paciente no pós cirúrgico, em que a motilidade gástrica e a ação química do trato digestório estão debilitadas. Presença de gastrite ou úlcera péptica.

Alimentos permitidos: Salada cozida, proteína cozida, frutas macias, torradas, biscoitos, pães, cuscuz + alimentos permitidos na consistência anterior;

Alimentos não recomendados: Salada crua, proteína assada e frutas duras e com casca.

DIETA LAXANTE

Indicação: para constipação intestinal (com variações na frequência, consistência, tamanho e dificuldade da passagem das fezes).

Característica: Dieta rica em mix de fibras (solúvel e insolúvel).

Alimentos permitidos:

- Frutas com casca e laxantes (maça com casca, pera, laranja, mamão, manga, melão, ameixa, abacate, acerola, abacaxi, uva, bacuri, cupuaçu e tamarindo)
- Vitaminas laxativas
- Salada crua
- Legumes laxantes (abóbora, beterraba, quiabo, maxixe, vagem)
- Iogurte
- Mingaus: Aveia, milho e muticereais

Alimentos não recomendados:

- Água de coco
- Frutas constipantes (goiaba, caju, banana, maça e pera sem cascas)
- Verduras e legumes constipantes: (cenoura, batata inglesa, mandioca, chuchu)
- Mingaus: Arrozina, amido de milho e tapioca

Obs. Fica a critério da avaliação do nutricionista a prescrição de mix de fibras e simbióticos.

DIETA CONSTIPANTE

Indicação : na diarreia aguda ou crônica

Característica: a dieta deve sem lactose, rica em fibras solúveis e alimentos obstipantes.

Alimentos indicados:

- Frutas sem casca e obstipante (maça e pera sem casca, banana, goiaba e caju)

- Legumes obstipantes (cenoura, chuchu, batata inglesa)
- Sucos e vitaminas de frutas obstipante
- Água de coco.
- Mingaus: Amido de milho, arrozina e tapioca.

Alimentos não recomendados:

- Alimentos que contêm lactose (leite e derivados, manteiga, adoçante com lactose);
- Alimentos que ricos em sacarose (doces concentrados, mel, pudins),
- Alimentos ricos em gordura (frituras, maionese, abacate)
- Alimentos integrais
- Hortaliças e frutas laxantes.

Obs. Em casos de diarreia persistente fica a critério da avaliação do nutricionista a prescrição de fibras solúvel e simbióticos, e a retirada da sacarose da dieta.

DIETA SEM LACTOSE

Objetivo: Retirar a lactose da dieta.

Indicação: intolerância à lactose, danos na mucosa intestinal resultantes da desnutrição, em pacientes com diarreia, síndrome do cólon irritável, colite ulcerativa, gastroenterite, ressecção do intestino delgado, pacientes com risco para síndrome de Dumping .

Alimentos indicados: Pães, massas em geral sem adição de leite, frutas, legumes, verduras, grãos, carnes, frango, suco de frutas, gelatina, preparações com leite sem lactose, margarina sem lactose;

Alimento não recomendados: alimentos que contenham lactose.

DIETA HIPOSSÓDICA

Indicação: Para pacientes com indicação de restrição de sódio (hipernatremia, insuficiência cardíaca congestiva, cirrose, hipertensão arterial, retenção hídrica, ascite e edema).

Característica: A dieta é preparada apenas com temperos naturais sem o acréscimo de sal. Somente as proteínas são preparadas com sal reduzido. É entregue ao paciente no almoço e jantar, um sachê de sal (1g)

e limão.

Alimentos não recomendados: alimentos processados, enlatados, conservas, embutidos, temperos e molhos industrializados.

DIETA HIPOLIPIDICA

Objetivo: Oferta uma dieta com teor reduzido de gorduras

Indicação: doenças hepáticas, pancreáticas, da vesícula biliar, obesidade, síndrome de má absorção, pós-operatório de cirurgias com ressecção intestinais e disabsortivas, doenças cardiovasculares e dislipidemias.

Alimentos indicados:

- Leite desnatado;
- Preparações com leite desnatado;
- Margarina light.

Alimentos não recomendados: frituras, vísceras, carnes gordas, pele de frango, maionese, creme de leite, leite integral, queijo gordo, produtos industrializados como caldo de carnes e temperos prontos legumes na manteiga (soutê), macarrão alho e óleo, purês feitos com leite integral.

Obs. Pode ser colocado TCM nas preparações quando indicado pelo nutricionista.

DIETA SEM IRRITANTES GÁSTRICOS

Objetivo: reduzir a estimulação da secreção ácida gástrica e não ofertar alimentos irritantes gástricos.

Indicação: pacientes que apresentam problemas gástricos e intestinais (gastrites, úlceras), desconforto ou dor gástrica;

Alimentos não recomendados :

- Alimentos fonte de cafeína (chá preto, mate, café, chocolate),
- Frutas e sucos ácidos , de acordo com tolerância individual do paciente (Maracujá, abacaxi, acerola, uva, cajá, limão e laranja)
- Condimentos industrializados e pimenta;

DIETA PARA DIABÉTICOS

Objetivo: - Controlar os níveis glicêmicos do paciente, evitando crises de hipoglicemia ou hiperglicemia.

Alimentos não recomendados :

- Açúcar e preparações com açúcar
- Mingaus: Cremogema , farinha láctea e neston
- Biscoitos doces, pães massa fina, bolos adoçados com açúcar.

Características

- As preparações quando adoçadas devem ser com adoçante;
- O pão deve ser preferencialmente integral;
- O carboidrato nas grandes refeições deve ter seu porcionamento reduzido;
- Porção aumentada de salada preferencialmente crua;

Obs. Caso necessário o nutricionista poderá colocar arroz integral e/ou aveia em flocos finos para os pacientes que mantêm quadros de disglucemias.

DIETA ISENTA DE GLÚTEN

Objetivo: eliminar a oferta de determinados alimentos e preparações que contenham trigo, cevada, centeio ou aveia (com glúten)

Indicação: pacientes que apresentam alergia ao glúten (doença celíaca), alguns casos de diarreia crônica e doenças inflamatórias intestinais.

Características:

- Exclusão de alimentos à base de farinha de trigo e daqueles que contém glúten (trigo, aveia, cevada e centeio) em seus ingredientes.

Alimentos não recomendados:

- Proibido biscoitos, pães, bolos, macarrão e qualquer preparação que contenha trigo, aveia, cevada

ou centeio.

- Mingaus: De aveia e instantâneos.
- Não manipular essa dieta nos mesmos equipamentos e utensílios que já foram utilizados com alimentos que contêm glúten.

DIETA HIPERPROTEICA

Indicação: pacientes com necessidade proteica aumentada.

Característica:

- Porção de proteína aumentada nas grandes refeições.
- Acrescimento um ovo cozido no almoço(segunda, quarta e sexta).

DIETA PARA DRC DIALÍTICO

Indicação: pacientes com insuficiência renal crônica em tratamento dialítico.

Característica:

- Restrita em alimentos ricos em fósforo, potássio e líquidos;
- Porcionamento de proteína maior nas grandes refeições (padrão dieta hiperproteica);

Alimentos permitidos:

- Frutas permitidas: banana maçã, acerola, abacaxi, caju, cajá, jambo, laranja lima, limão, melancia, tanga pokan, maçã, morango, pera, ameixa, manga tomi, manga espada, mamão papaia e goiaba.
- Salada crua permitida: alface, acelga, cebola, pepino e repolho. As demais hortaliças devem ser cozidas.
- Mingau permitido: aveia, amido de milho, cremogema, milho, arroz e tapioca.
- Feijão uma vez ao dia.

Alimentos não recomendados:

- Frutas não recomendadas: banana prata, melão, laranja, abacate, abacaxi de turiaçu, açaí, água de coco, coco, ata, bacuri, banana nanica, cupuaçu, graviola, manga rosa, jaca, kiwi, maracujá, murici, tangerina, tamarindo e uva.
- Chá

- Mingau não permitido: neston e farinha láctea.
- Sopa (Obs. Mandar apenas quando o paciente tiver dietas prescritas: liquidificada ou líquida pastosa, com volume reduzido de 300 ml)

Alimentos proibidos

- Carambola.

Obs. Cada paciente deve ser avaliado individualmente. Caso o paciente não precise de restrição de potássio, deve-se retirar a característica de Renal da dieta e colocar apenas a restrição hídrica, se necessário.

DIETA PARA RESTRIÇÃO HÍDRICA

Indicação: pacientes com necessidade de restrição do consumo de líquidos (ex: renais anúricos, cardíacos ou hepatopatas com ascite).

Característica: redução do volume de alimentos líquidos das pequenas refeições (desjejum, colação, lanche e ceia).

Recomendado:

- Copo 180ml para pequenas refeições (desjejum, colação, lanche e ceia).
- Quando for sopa, mandar com pouco caldo(Volume de 300 ml).

Não recomendado:

- Melancia.

HISTÓRICO DE REVISÕES

| DATA | REVISOR | EDIÇÃO | ITEM ALTERADO | DESCRIÇÃO DA ALTERAÇÃO |
|------|---------|--------|------------------|------------------------|
| | | | | |
| | | | | |

VALIDAÇÕES

| | | |
|----------------------|----------------------|----------------------|
| DATA: ____/____/____ | DATA: ____/____/____ | DATA: ____/____/____ |
| DATA: ____/____/____ | DATA: ____/____/____ | DATA: ____/____/____ |