



## LA ALIMENTACION DE PACIENTES

### Dietas de pacientes

En el Hospital todo un equipo de profesionales trabajamos para proporcionarle la mejor atención que precise en lo referente a su alimentación. Diariamente el médico es el encargado de indicar la dieta más adecuada a sus necesidades. Existen dos grandes tipos: Dieta normal, en el hospital llamada BASAL y Dieta Terapéutica, adaptada para procurar que los alimentos no interfieran negativamente en la diagnosis del paciente.

**Dieta normal:** Este tipo de dieta no conlleva restricciones, es decir, podrá comer cualquier alimento. Debemos tener en cuenta:

1. Que esta dieta se elabora teniendo en cuenta sus necesidades en reposo, por ello no debe exceder las 2700 Kcal. Diarias.
2. Que en la preparación de este menú basal, las concentraciones de sal y otros aditivos, así como las formas de cocinar, serán diferentes a las de la cocina de casa, por tanto las percepciones cambian.

En caso de tener este tipo de dieta, cada día uno de nuestros dietistas pasará a tomar nota de sus preferencias para poder ofrecerle la mejor atención.

**Dieta Terapéutica:** En este caso no podrá elegir menú ya que el médico le ha prescrito una dieta específica, dependiendo de sus necesidades. Esta podrá ir progresando en variedad o cantidad según indicaciones médicas.

Queremos recordarle que estas dietas están elaboradas por Expertos Dietistas que cuidan de que su buena alimentación contribuya a una rápida recuperación de su estado de salud.

También para los más pequeños elaboramos un menú adaptado a sus gustos.

### ¿POR QUE LA COMIDA DE HOSPITAL SABE DIFERENTE?

Debemos tener en cuenta, que las dietas se preparan de un modo diferente a otro tipo de cocina (hoteles, hogares, restaurantes...). En el hospital, la comida no debe interferir/enmascarar, los resultados de pruebas médicas (glucemias, analíticas...), por ello, no es aconsejable en la mayoría de los platos, usar aderezos que mejoren el sabor (especies, sal, y otros condimentos). De igual modo, el 70% de las cocciones se realizan en horno y al vapor, evitando el uso de grasas, siendo este principal motivo por el que "la comida del hospital" no suele ser bien valorada.

### VALOR AÑADIDO DE LA DIETA DEL HOSPITAL.

Cada día preparamos del orden de 1000 comidas en una sola jornada, con el objetivo de contribuir a su recuperación y en ningún caso influir negativamente en ella. De aquí que gran parte de nuestro esfuerzo es garantizar la salud anteponiendo ésta a otros parámetros como sabor, etc...

### LA DIETA ES PARTE DE LA RECUPERACION

Pensemos que cuando estamos enfermos en casa, no comemos igual de consistente o de sabroso que cuando gozamos de buena salud. En primer lugar, quizá porque no nos apetece, pudiendo ser esto una respuesta natural del organismo ante un trastorno



(infección, fatiga etc...), y el organismo genera esa des gana como mecanismo de recuperación. Por otra parte, en estado convaleciente, no nos interesa un exceso de alimentos que pueda causar saturación y terminar en malas digestiones o digestiones pesadas...

Por precaución conviene, pecar por defecto e ir evolucionando conforme la enfermedad vaya desapareciendo.

### **ESTANDARIZACIÓN DEL SISTEMA**

Es imprescindible la estandarización del proceso de producción de menús. Esto permite reducir a mínimos posibles errores, al tiempo que intentamos que resulte lo más agradable posible. Esta estandarización del proceso, desde la compra de víveres hasta el servicio de bandejas, es sometida a numerosos controles:

- Análisis nutricionales.
- Compensaciones calóricas.
- Adecuación de dieta a cada patología.
- Controles higiénico sanitarios.
- Inspecciones e indicaciones de Sanidad.

### **TODAS LAS DIETAS SON MUY PARECIDAS.**

Debido a la estandarización, las dietas parten de un menú MADRE (BASAL ADULTO (2000-2400kcal)) que se deriva al resto de tipos de dietas.

Las diferencias están en los métodos de cocción (vapor, plancha, horneado, adobado...) micro ingredientes (sal, aceite, alguna especie...) diferentes tipos de salsas, guarniciones, presentaciones adaptadas (formatos en bocadillo, tamaños de las piezas, frutas o lácteos...).

**Nuestra dieta está compuesta por 10 menús diferentes, teniendo en cuenta que la estancia media del hospital es inferior a 5 días.**

### **¿SABIAS QUE....?**

Lo que todos conocemos como servicio de alimentación, en el caso del hospital, es un servicio de bromatología, con 2 principios fundamentales:

1. Aportar los nutrientes necesarios teniendo en cuenta su enfermedad y el estado de reposo de la estancia hospitalaria.
2. No interferir en la diagnosis del proceso de hospitalización del paciente.

**Bromatología: es la ciencia que estudia los alimentos, su manipulación, conservación, elaboración, higiene, toxicología, alteraciones...etc. garantizando la seguridad alimentaria y protegiendo al consumidor.**