



Hospital General de Granollers

Hospital Universitari

Fundació Privada Hospital Asil de Granollers



Fundació Bertran de Seva

**Anexes al Plec de prescripcions
tècniques per a la contractació del servei
de cuina i alimentació per la Fundació
Privada Hospital-Asil de Granollers i la
Fundació Privada Bertran de Seva**

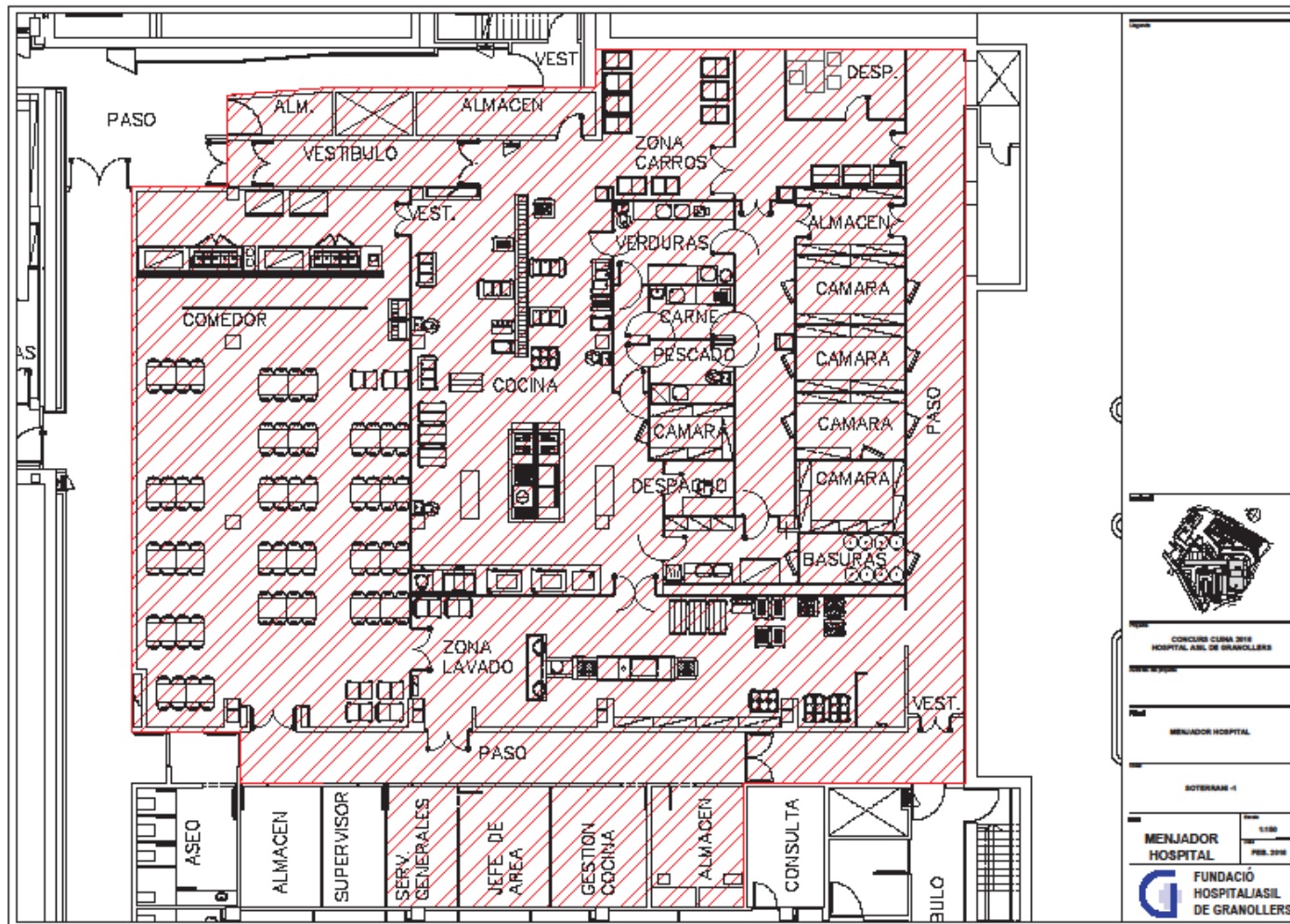


ANNEX 1	– Plànols dels espais de cuina i cafeteria.....	3
ANNEX 2	– Llistat del personal de la FPHAG adscrit al servei de cuina i Quadre del personal a subrogar	6
ANNEX 3	– Sancions i penalitzacions per incompliment	8
ANNEX 4	– Protocol dietes adults i infantils: manual	11
ANNEX 5	– Procediment notificació i lliurament de canvi de dietes	79
ANNEX 6	– Horaris servei àpats a plantes	80
ANNEX 7	– Llistat de preus de cafeteria per a personal de la FPHAG	81
ANNEX 8	– Espais del servei de cuina i cafeteria	82
ANNEX 9	– Relació d'equipaments de cuina i cafeteria	83
ANNEX 10	– Extres alimentaris FPHAG.....	89
ANNEX 11	– Quadre resum oferta contractació servei de cuina i alimentació de la FPHAG.....	90



ANNEX 1 – Plànols dels espais de cuina i cafeteria

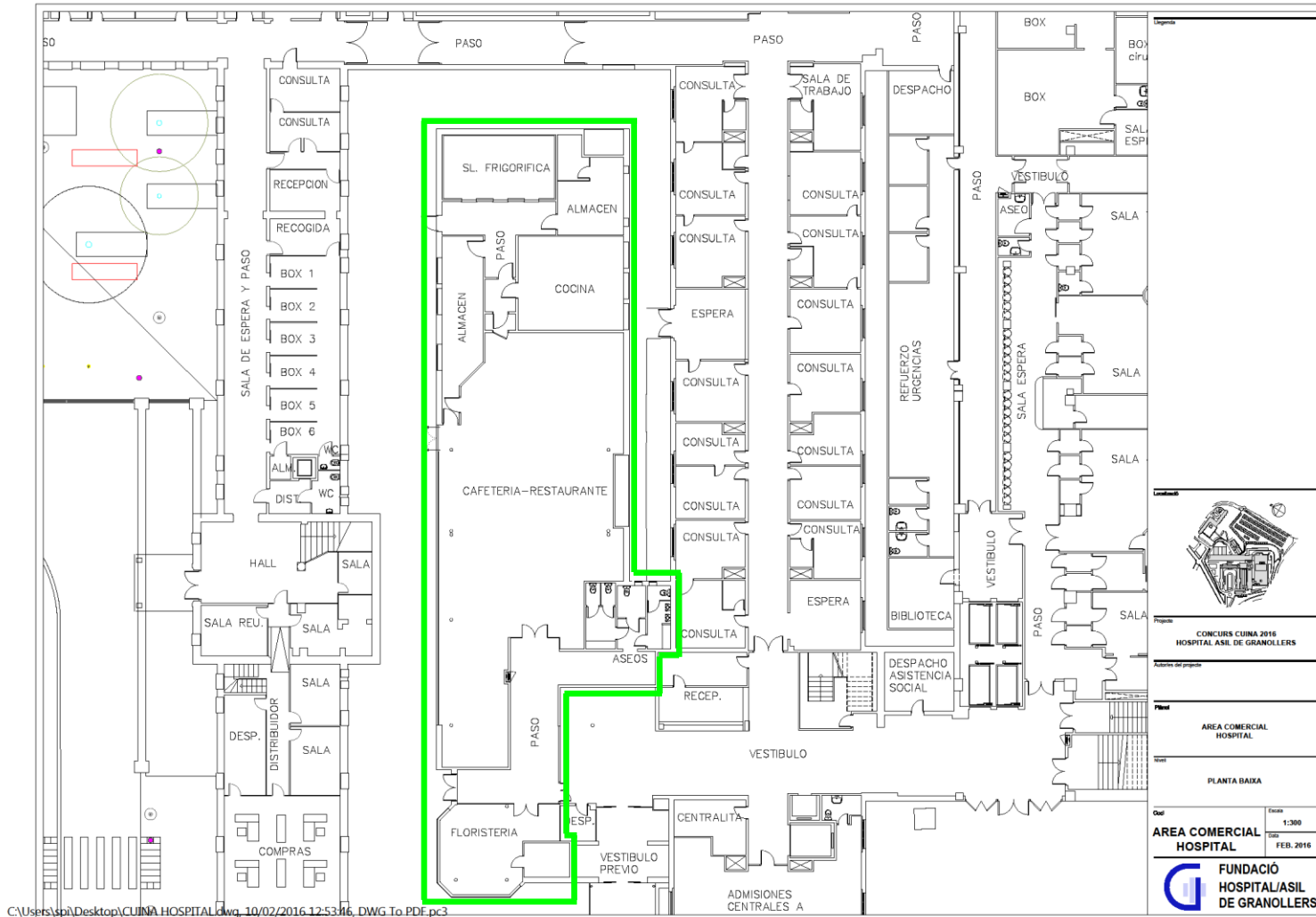
Cuina i menjador laboral de l'HGG



880 m²

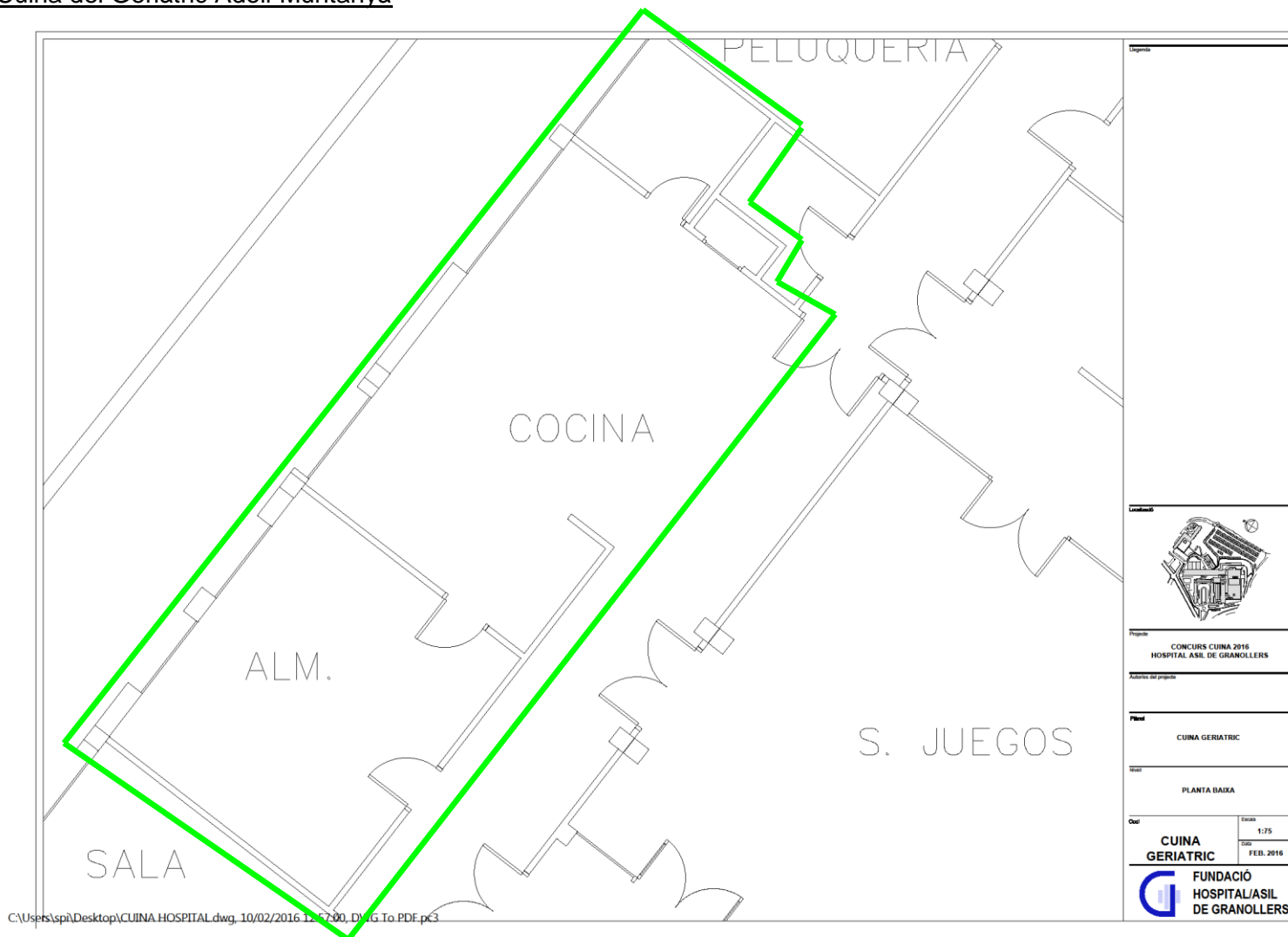


Àrea Comercial de l'HGG



522 m²

Cuina del Geriàtric Adolf Muntanyà



C:\Users\sp\Desktop\CUINA HOSPITAL.dwg_10/02/2016 12:57:00.DWG To PDF.pc3

75 m²



ANNEX 2 – Llistat del personal de la FPHAG adscrit al servei de cuina i Quadre del personal a subrogar



Descripcions de Tasques del Servei de Cuina

Plaça	Nom	Horari	Percentatge	Dies
CUINERA 1	EMPRESA ADJUDICATARIA	8:00 a 14:55	100%	dl a dv
CUINERA 2	FPHAG	8:00 a 14:55	100%	dl a dv
AUX DE CUINA	FPHAG	9:00 a 15:55	100%	dl a dv
ASL Cambra freda	FPHAG	8:00 a 14:55	100%	dl a dv
ASL PLONGE	FPHAG	7:00 a 13:55	100%	dl a dv
Aux. Restauració A	FPHAG	7:30 a 14:25	100%	dl a dv
Aux. Restauració B	FPHAG	7:30 a 14:25	100%	dl a dv
Aux. Restauració C	FPHAG	7:30 a 14:25	100%	dl a dv
Aux. Restauració D	FPHAG	11:00 a 17:55	100%	dl a dv
SELF 1	FPHAG	8:30 a 13:25	100%	dl a dv
SELF 2	FPHAG	9:00 a 15:55	100%	dl a dv
ASL SANT JORDI	FPHAG	8:30 a 15:25	100%	dl a dv
AJT CUINA RESIDÈNCIA	FPHAG	7:30 a 14:25	100%	dl a dv
CARRERO MATÍ	FPHAG	8:00 a 14:55	100%	dl a dg
AUX CUINA TARDA	EMPRESA ADJUDICATARIA	16:00 a 22:55	100%	dl a dv
ASL NETEJA	EMPRESA ADJUDICATARIA	17:30 a 0:30	100%	dl a dv
Aux. Restauració E	FPHAG	15:00 a 21:55	25%	dl a dv
Aux. Restauració E	EMPRESA ADJUDICATARIA	15:00 a 21:55	75%	dl a dv
Aux. Restauració F	FPHAG	15:00 a 21:55	100%	dl a dv
Aux. Restauració G	FPHAG	15:00 a 21:55	100%	dl a dv
Aux. Restauració H	FPHAG	15:00 a 21:55	100%	dl a dv
SELF 3	FPHAG	17:30 a 00:25	100%	dl a dv
AJT CUINA RESIDÈNCIA	EMPRESA ADJUDICATARIA	13:30 a 20:25	100%	dl a dv
CARRERO TARDA	FPHAG	15:00 a 21:55	93%	dl a dg
CARRERO TARDA	EMPRESA ADJUDICATARIA	15:00 a 21:55	7%	dl a dg



Annexes al Plec de prescripcions tècniques que regulen la contractació del servei de cuina i alimentació

PERSONAL COEMCO RESTAURACION GRANOLLERS

Empleado - Código	Convenio	Fecha antigüedad	Fecha baja	Categoría	Contrato Cod.	Contrato	Porcentaje de jornada	Nº H. semanales	bruto año
COCINA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	01-09-2005		ENCARG CEN	100	INDEFINIDO - TIEMPO COMPLETO - ORDINARIO	TIEMPO COMPLETO	40	40.853,88
COCINA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	01-09-2008		JEFE COCIN	100	INDEFINIDO - TIEMPO COMPLETO - ORDINARIO	TIEMPO COMPLETO	40	30.440,34
COCINA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	07-09-2005		DIETISTA	100	INDEFINIDO - TIEMPO COMPLETO - ORDINARIO	TIEMPO COMPLETO	40	23.882,94
COCINA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	18-04-2005		DIETISTA	209	INDEFINIDO - T. PARCIAL - TRANSFORMACION - P. FOM.	TIEMPO PARCIAL	35	18.284,96
COCINA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	08-07-2008		RESP.ALMAC	189	CONVERSION TEMP-INDEF. SIN BONIF.	TIEMPO COMPLETO	40	23.145,22
COCINA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	01-08-2008		DIETISTA	200	INDEFINIDO - TIEMPO PARCIAL - ORDINARIO	TIEMPO COMPLETO	20	11.870,04
COCINA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	31-10-2006		A.S.L.	289	CONV. TEMP-INDEFINIDO, SIN BONIF.	TIEMPO PARCIAL	21	10.199,14
COCINA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	01-09-2002		A.S.L.	200	INDEFINIDO - TIEMPO PARCIAL - ORDINARIO	TIEMPO PARCIAL	28	13.323,10
COCINA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	06-06-2005		A.S.L.	289	CONV. TEMP-INDEFINIDO, SIN BONIF.	TIEMPO PARCIAL	35	16.447,48
COCINA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	06-06-2005		A.S.L.	289	CONV. TEMP-INDEFINIDO, SIN BONIF.	TIEMPO PARCIAL	21	10.199,14
COCINA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	11-06-2005		A.S.L.	289	CONV. TEMP-INDEFINIDO, SIN BONIF.	TIEMPO PARCIAL	35	16.343,88
COCINA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	12-01-2003		COCINERO	200	INDEFINIDO - TIEMPO PARCIAL - ORDINARIO	TIEMPO PARCIAL	28	14.326,06
COCINA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	12-01-2010		AYT. COCIN	250	CONTRATO DE TRABAJO INDEFINIDO A T. PARCIAL	TIEMPO PARCIAL	35	16.746,24
COCINA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	10-09-2003		A.S.L.	200	INDEFINIDO - TIEMPO PARCIAL - ORDINARIO	TIEMPO PARCIAL	35	16.447,48
COCINA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	09-07-2005		A.S.L.	289	CONV. TEMP-INDEFINIDO T.PARCIAL. SIN BONIF.	TIEMPO PARCIAL	14	7.075,04
COCINA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	25-10-2005		A.S.L.	289	CONV. TEMP-INDEFINIDO T.PARCIAL. SIN BONIF.	TIEMPO PARCIAL	35	16.447,48
COCINA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	28-04-2006		A.S.L.	289	CONV. TEMP-INDEFINIDO T.PARCIAL. SIN BONIF.	TIEMPO PARCIAL	35	16.447,48
COCINA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	16-04-2007		A.S.L.	289	CONV. TEMP-INDEFINIDO T.PARCIAL. SIN BONIF.	TIEMPO PARCIAL	14	7.075,04
COCINA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	03-09-2007		A.S.L.	289	CONV. TEMP-INDEFINIDO T.PARCIAL. SIN BONIF.	TIEMPO PARCIAL	28	13.946,10
COCINA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	06-09-2007		A.S.L.	289	CONV. TEMP-INDEFINIDO T.PARCIAL. SIN BONIF.	TIEMPO PARCIAL	35	16.447,48
COCINA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	01-12-2007		A.S.L.	200	INDEFINIDO - TIEMPO PARCIAL - ORDINARIO	TIEMPO PARCIAL	35	16.447,48
COCINA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	09-11-2015		COCINERO	289	CONV. TEMP-INDEFINIDO, SIN BONIF.	TIEMPO PARCIAL	28	14.326,06
COCINA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	07-09-2009		A.S.L.	200	INDEFINIDO - TIEMPO PARCIAL - ORDINARIO	TIEMPO PARCIAL	35	16.447,48
COCINA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	01-07-2001		A.S.L.	289	CONV. TEMP-INDEFINIDO, SIN BONIF.	TIEMPO PARCIAL	35	16.447,48
COCINA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	15-01-2013		A.S.L.	200	INDEFINIDO - TIEMPO PARCIAL - ORDINARIO	TIEMPO PARCIAL	35	16.447,48
COCINA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	24-09-2012		A.S.L.	289	CONV. TEMP-INDEFINIDO T.PARCIAL. SIN BONIF.	TIEMPO PARCIAL	35	16.447,48
COCINA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	07-07-2015	06-07-2016	A.S.L.	502	DURACION DETERMINADA - T. PARCIAL - EVENTUAL	TIEMPO PARCIAL	17,52	8.645,98
COCINA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	07-07-2015	06-07-2016	A.S.L.	502	DURACION DETERMINADA - T. PARCIAL - EVENTUAL	TIEMPO PARCIAL	17,52	8.645,98
COCINA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	15-04-2016		A.S.L.	501	DURACION DETERMINADA - T. PARCIAL - OBRA O SE	TIEMPO PARCIAL	28	13.323,10
CAFETERIA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	09-02-1998		ENCARG CEN	100	INDEFINIDO - TIEMPO COMPLETO - ORDINARIO	TIEMPO COMPLETO	100	31.696,14
CAFETERIA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	02-10-2002		A.S.L.	200	INDEFINIDO - TIEMPO PARCIAL - ORDINARIO	TIEMPO PARCIAL	75	14.215,74
CAFETERIA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	29-09-2003		AYT. COCIN	109	INDEFINIDO - T. COMPLETO - TRANSFORMACION - P. FOM	TIEMPO COMPLETO	40	18.678,66
CAFETERIA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	01-05-1998		CAMARERO	200	INDEFINIDO - TIEMPO PARCIAL - ORDINARIO	TIEMPO PARCIAL	30	15.291,64
CAFETERIA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	11-07-1998		CAMARERO	200	INDEFINIDO - TIEMPO PARCIAL - ORDINARIO	TIEMPO PARCIAL	30	15.291,64
CAFETERIA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	24-11-1999		CAMARERO	200	INDEFINIDO - TIEMPO PARCIAL - ORDINARIO	TIEMPO PARCIAL	30	15.291,64
CAFETERIA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	25-10-2004		COCIN ENC	109	INDEFINIDO - T. COMPLETO - TRANSFORMACION - P. FOM	TIEMPO COMPLETO	40	20.851,18
CAFETERIA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	28-01-2005		A.S.L.	109	INDEFINIDO - T. COMPLETO - TRANSFORMACION - P. FOM	TIEMPO COMPLETO	40	18.678,66
CAFETERIA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	27-01-2005		AYTE BARRA	209	INDEFINIDO - T. PARCIAL - TRANSFORMACION - P. FOM.	TIEMPO PARCIAL	30	14.215,74
CAFETERIA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	12-08-2005		AYT. COCIN	200	INDEFINIDO - TIEMPO PARCIAL - ORDINARIO	TIEMPO PARCIAL	32	14.942,90
CAFETERIA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	08-09-2005		AYTE BARRA	200	INDEFINIDO - TIEMPO PARCIAL - ORDINARIO	TIEMPO PARCIAL	30	14.008,96
CAFETERIA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	21-12-2005		AYT. COCIN	200	INDEFINIDO - TIEMPO PARCIAL - ORDINARIO	TIEMPO PARCIAL	30	14.008,96
CAFETERIA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	08-05-2006		CAMARERO	200	INDEFINIDO - TIEMPO PARCIAL - ORDINARIO	TIEMPO PARCIAL	36	19.275,62
CAFETERIA H. GRANOLLERS	CONVENIO COLECTIVIDADES CATALUÑA	01-02-2014		A.S.L.	200	INDEFINIDO - TIEMPO PARCIAL - ORDINARIO	TIEMPO PARCIAL	16	9.214,38

ANNEX 3 – Sancions i penalitzacions per incompliment

L'empresa adjudicatària es responsabilitzarà que la prestació del servei objecte del contracte es realitzi en el temps i lloc previst al Plec de Prescripcions Tècniques, restant sense culpa en aquells supòsits en que la prestació no hagués estat possible per causes de força major degudament justificada.

Si arribada la data de termini l'empresa adjudicatària incorregués en mora en l'acompliment del termini total o dels terminis parcials de prestació per causa imputable a ell mateix, la FPHAG li aplicarà penalitats diàries, segons allò previst a l'article 212 del TRLCSP. En aplicació del previst al segon paràgraf de l'apartat 4 del citat precepte, les penalitats diàries a imposar per l'incompliment dels terminis parcials seran les mateixes que per a l'incompliment del termini total, és a dir, de 0,20 euros per cada 1.000 euros del preu del contracte.

Així mateix, també s'imposaran les penalitzacions que consten al plec de prescripcions tècniques, si s'escau.

Sense perjudici de l'anteriorment exposat, l'adjudicatari respondrà de tots els danys i perjudicis causats a l'ens contractant.

L'empresa adjudicatària resta subjecte a les responsabilitats i sancions establertes a continuació.

Faltes lleus:

- L'incompliment de les obligacions de caràcter formal o documental que no estiguin tipificades com a greus o molt greus.
- No comunicar immediatament les incidències detectades en el decurs de la prestació d'una atenció o servei.
- La negligència o descuit en el compliment de les obligacions derivades del present contracte que no causin un detriment important al servei que impliqui la seva classificació com a greu.
- La manca de consideració, respecte i atenció del treballador de l'empresa adjudicatària, envers l'usuari del servei i als treballadors de l'ens contractant.
- Retard de més de 15 minuts en el servei i menor a 30 minuts, sense justificar causa major.
- Tenir 1 valoració no positiva en l'avaluació de la safata lliurada al pacient que realitzarà mensualment la Comissió de Dietes de la FPHAG.
- No presentar les valoracions nutricionals de totes les dietes abans de la implementació
- La no supervisió continuada i contrastada de l'encarregat per part de l'empresa adjudicatària.
- No portar la identificació personal en lloc visible i durant tota la jornada laboral.
- No oferir les jornades gastronòmiques planificades.
- No garantir els temps màxims d'espera del menjador laboral.
- No complir els temps màxims d'espera de la cafeteria.
- No obrir la tenda – quiosc 1 dia.



Faltes greus:

- L'incompliment de les obligacions de caràcter formal o documental que no estiguin tipificades com a molt greus.
 - La negligència o compliment defectuós inexcusables de les obligacions contractuals.
 - Contractar personal adscrit al servei sense la prèvia autorització de la FPHAG.
 - Substituir la persona designada com a Interlocutor del Servei sense pactar-ho prèviament i per escrit amb la Direcció del Centre.
 - La no titulació de graduat universitari en nutrició humana i dietètica del responsable de l'equip de dietistes i nutricionistes.
 - El tractament vexatori envers l'usuari del servei i als treballadors de l'ens contractant., exceptuant que aquest tractament reunís les característiques per a classificar-lo com a molt greu.
 - La vulneració del deure de guardar secret de les dades de caràcter personal que es coneguin com a conseqüència de les activitats que es realitzin en la prestació dels servei que no constitueixin infracció molt greu.
 - En general, l'incompliment greu dels deures i de les obligacions amb l'usuari i amb l'ens contractant.
 - Manca d'acompliment de les seves obligacions econòmiques o respecte del personal al seu càrrec.
 - Retard de més de 30 minuts en el servei i menor a 1 hora, sense justificar causa major.
 - Incomplir el Manual de dietes de la FPHAG vigent.
 - La no cobertura d'un treballador, de la FPHAG o de l'empresa adjudicatària.
 - La cobertura de personal del servei amb treballadors/ores sense la deguda formació tant de caire professional com l'especifica per dur a terme el servei en el centre.
 - Els desperfectes ocasionats en instal·lacions o equipaments per mal ús o negligència provada per part de l'empresa adjudicatària.
 - El no manteniment preventiu i correctiu dels equipaments de cuina.
 - La neteja deficient en les instal·lacions, equipament i estris de les cuines i cafeteries.
 - Tenir una valoració inferior a la mitjana catalana en el pla d'enquestes de satisfacció dels assegurats del CatSalut (PLAENSA®).
 - Perdre l'acreditació com a establiment promotor de la dieta mediterrània (acreditació AMED).
- Acumulació de 3 faltes lleus en l'interval de sis mesos.

Faltes molt greus:

- L'incompliment de les obligacions contractuals essencials previstes en aquest plec.
- La no implementació dels acords i/o millores que es decideixin de comú acord entre l'empresa adjudicatària i la FPHAG.
- L'incompliment o compliment defectuós d'una millora proposada per l'empresa i valorada per l'empresa adjudicatària que hagi estat determinant per a l'adjudicació del contracte.
- L'abandonament del servei sense causa justificada.
- El no compliment de la reglamentació i normativa vigent de seguretat i higiene alimentària.
- El incompliment del pla de prevenció de riscos, les normes de seguretat, salut laboral i medi ambientals.



- La notòria manca de rendiment i prestació incorrecta i defectuosa de l'activitat, tant pel que fa a la qualitat com a la quantitat.
 - La falsedat o falsificació de les dades corresponents a les activitats desenvolupades.
 - Qualsevol conducta constitutiva de delictes.
 - Les ofenses verbals o físiques o el tractament vexatori greu a l'usuari i/o amb els treballadors de l'ens contractant.
 - Incomplir les directrius que es reserva la FPHAG en l'acompliment del servei o impedir que aquesta pugui desenvolupar les funcions de control.
 - Retard de més de 1 hora, sense justificar causa major.
 - No realitzar el servei.
 - Intoxicació d'alguns dels usuaris o personal de centre per negligència en la prestació i higiene del servei o per l'ús de productes que no compleixin amb la normativa d'aplicació o en mal estat.
- Acumulació de 3 faltes greus en el transcurs de sis mesos.

Sancions:

Independentment del rescabament per danys i perjudicis, en cas d'incompliment que no produeixi resolució del contracte, l'ens contractant podrà aplicar les sancions següents, graduades en atenció al grau de perjudici, perillositat i/o reiteració:

Per falta lleu: es notificarà per escrit i constarà en el registre de sortida de comunicacions de l'ens contractant.

Per falta greu: es procedirà a una sanció econòmica equivalent a la facturació mitjana d'un mes, calculada segons mitja aritmètica de totes les factures abonades durant l'execució del contracte.

Per falta molt greu: resolució del contracte.

A banda de les infraccions i sancions previstes, s'aplicaran d'un 10% de l'import anual d'adjudicació del contracte en cas d'incompliment dels compromisos assumits pel licitador i que han estat valorats com a criteri d'adjudicació. Aquest import serà descomptat directament per part de l'ens contractant de la factura del mes en què s'hagi produït l'incompliment.

Les sancions no interrompen qualsevol recurs legal que a més pugui interposar l'ens contractant.

Les penalitats es faran efectives no tan sols sobre la garantia definitiva sinó també, si escau, en la quantia necessària sobre els pagaments a satisfer al contractista (deducció de l'import de les factures que s'han d'abonar al contractista). Quan es facin efectives sobre la garantia, el contractista quedarà obligat a completar-la dintre dels quinze dies hàbils següents a la notificació de la penalitat.



ANNEX 4 – Protocol dietes adults i infantils: manual



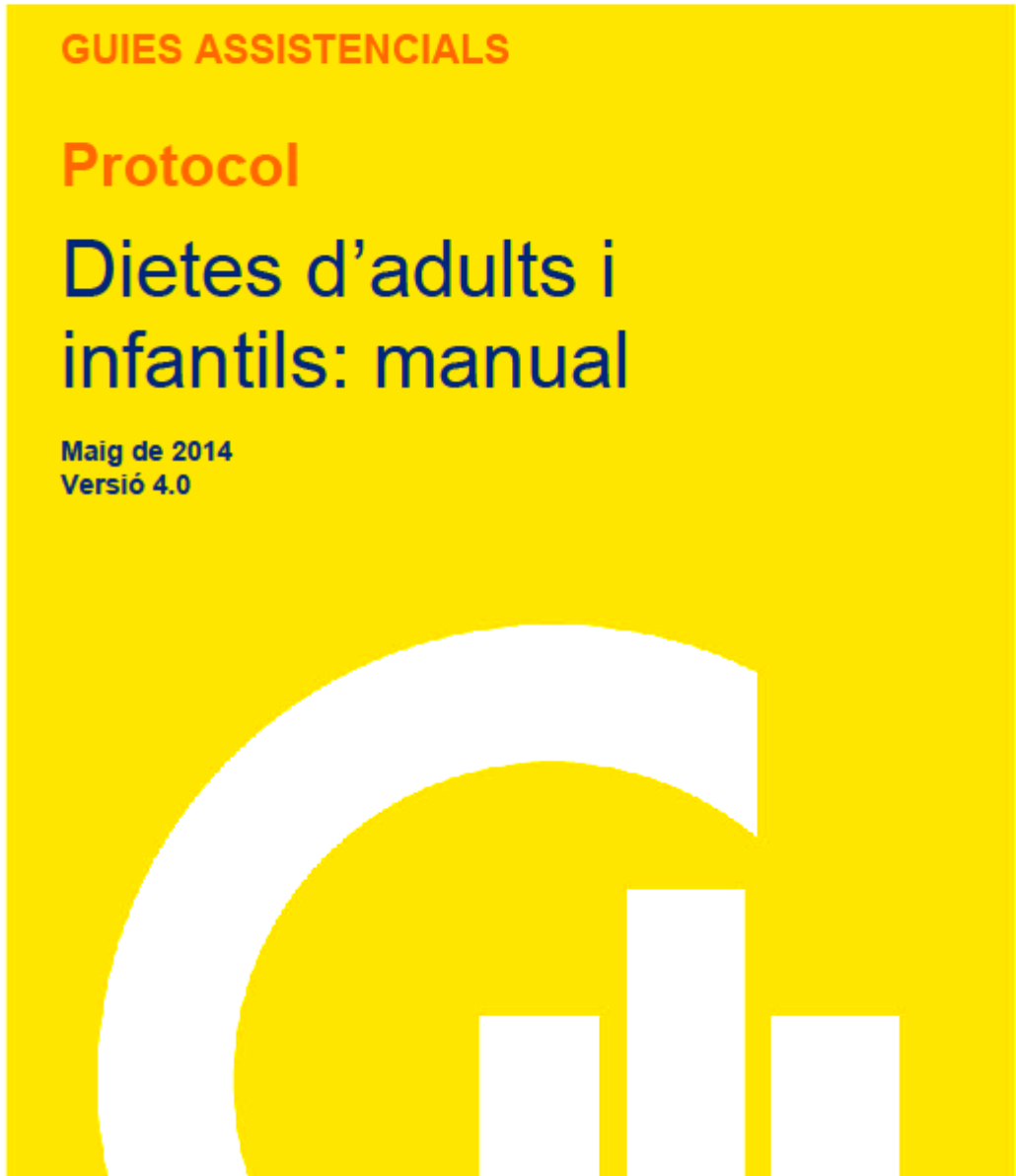
Hospital General de Granollers
Hospital Universitari
Fundació Privada Hospital Asil de Granollers

GUIES ASSISTENCIALS

Protocol

Dietes d'adults i infantils: manual

Maig de 2014
Versió 4.0





Protocol de Diètes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Protocol de les Diètes d'adults i infantils: **manual**

Coordinadora: Dra. Assumpta Recasens.

Subcomissió de diètes

Autors (per ordre alfabètic)

Andreu Aloy
Jofre Balagué
Agnés Bolaño
Patricia Clapés
Francesca Forns
Tània Luis
Isabel Masiques
Iris Montagud
Javier Montero
Gemma Pujol
Cèlia Puig
Assumpta Recasens
Roser Rossell
Rosa Sabater
Maria Sagales
Cristina Soldevilla
Mireia Santos
Xenia Sist
Anna Suárez
Silvia Tantià

Metge. Direcció de Qualitat i desenvolupament
Cap. Serveis Generals
Infermera. Servei de Medicina
Dietista. COEMCO
Infermera. Servei de Pediatria
Dietista. Serveis Generals
Metgessa. Servei de Pediatria
Infermera. Servei de Pediatria
Cuiner. COEMCO
Infermera. Servei de Medicina
Dietista UDEN. Servei de Medicina
Metge UDEN. Servei de Medicina
Infermera Convalescència. Servei Geriatria
Infermera. Direcció de Qualitat i desenvolupament
Farmacèutica. Servei de Farmàcia
Dietista UDEN. Servei de Medicina
Infermera. Servei de Cirurgia
Infermera. Servei de Malat Crític i Geriatria
Educatora en Diabetis UDEN. Servei de Medicina
Infermera. Documentació clínica

Assessors

Comissió de nutrició.

Aurora Aldeano, Josep Mª Badia, Mariví Cobo, Joan Padrós,
Francesc Xavier Subirana, Antonio Vaquerizo, Carme Villà, Carlos Zapata.

Centre:

Fundació Hospital / Asil de Granollers

Data d'elaboració: juny – 2008

Número d'edició: 4ª edició

Propera revisió: maig – 2017

Vist-i-plau de la Direcció:

Aprovat per l'equip directiu.

Dr. Rafael Lledó.
Dra. Eva Martín.
Dra. Mònica Botta.
Sra. Carme Tusquellas.
Dr. Andreu Aloy.
Dra. Marina Clarambo.
Sr. Carles Pla.
Sra. Carme Padullés.
Sra. Ana Benavent.

Director general.
Adjunta de la Direcció general.
Directora mèdica.
Directora d'Infermeria.
Director de Qualitat i Planificació.
Directora de Gestió de Clients i Atenció a l'Usuari.
Director de Persones.
Directora d'Economia i Serveis.
Directora d'Organització i Sistemes.

Direcció de Qualitat i Planificació





Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.

Signatura acreditativa

Índex

Justificació del manual	5
1. Llistat de dietes i com sol·licitar-les informàticament	6
2. Dietes d'adults	8
Dieta Normal o Basal o Cardiosaludable (B0)	8
Dietes progressives	10
Dieta Absoluta (ABS)	10
Dieta líquida (P1)	10
Dieta semilíquida (P2)	11
Dieta semitova (P3)	12
Dieta tova (P4)	13
Dieta progressiva sense residus	15
Dietes amb textura modificada	16
Dieta de textura A o líquida completa (TL)	17
Dieta de textura B o dieta de consistència mel (TM)	18
Dieta de textura C o dieta triturada o puré (TP)	18
Dieta de textura D o consistència tova o xafable amb forquilla (TF)	20
Dieta de textura E o dieta de fàcil masticació (FM)	21
Dietes amb contingut variable de fibra	23
Dieta astringent (A)	23
Dieta sense residus (15)	25
Dieta rica en fibra (RF)	27
Dietes modificades en proteïnes	28
Dieta hipoprotèica (18)	28
Dieta Hiperproteica (17)	29
Dieta sense gluten (S/G)	31
Dietes de patologia digestiva	32
Dieta de fàcil digestió o protecció gàstrica (PG)	32
Dieta progressiva post-cirurgia esofàg-gàstrica (G)	33
Dietes controlades en greixos	36
Dieta cardiosaludable (B0)	36
Dieta Exempta en greixos (13BG)	37
Dietes modificades en hidrats de carboni	38
Dieta sense lactosa (S/L)	38
Dieta controlada en hidrats de carboni (D)	39
Dieta controlada en hidrats de carboni a ritme de 6 hores (D6)	44
Dieta amb contingut variable de sodi i potassi	45
Dieta hiposòdica lleu (S/S)	45
Dieta amb baix contingut de potassi	46
<i>Per demanar aquesta dieta a Savac, s'ha d'especificar a les observacions al pacient.</i> Dietes hipocalòriques	46
Dietes alternatives	48
Dieta ovo-lacto-vegetariana (BV)	48
Dieta sense carn (M)	49

Direcció de Qualitat i Planificació. Subcomissió de Dietes.



Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Dietes amb finalitats exploratòries	50
Dieta de preparació per el Test de Tolerància Oral a la Glucosa (TTOG)	50
Dieta per a la determinació de l'àcid 5 hidroxindolacètic (5HO)	51
Dieta per a la determinació de catecolamines i àcid vanilmandèlic (CATECOL)	51
Altres dietes especials	52
Dieta picnic (PN)	52
Dieta post amigdalectomia (1FR)	53
Dieta restrictiva en tiramina - Inhibidors de la monoaminooxidases (IMAO)	55
Dietes infantils	56
Alimentació del lactant	58
Alimentació del nen entre 1-3 anys	60
Alimentació de l'escolar	61
Alimentació de l'adolescent	61
3. Bibliografia	62
4. Annexos	63
ANNEX I. Resum del manual de dietes terapèutiques hospitalàries	63
ANNEX II. Racions d'hidrats de carboni per les dietes de diabètics	65
ANNEX III. Exemples d'esmorzar, berenar i ressupò de les dietes controlades en hidrats de carboni	66
ANNEX IV. Contingut dels àpats de mig matí, berenar i ressupò	67
5. Indicadors quantitativs i/o qualitativs	68



Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.

Justificació del manual

Actualment es considera que la nutrició adequada constitueix una part indispensable del tractament hospitalari i que els pacients hospitalitzats no sols han de rebre atenció mèdica, quirúrgica i psicològica sinó també nutricional.

En aquest manual es descriuen la dieta basal i les dietes terapèutiques disponibles a l'Hospital de Granollers.

Té com a objectiu:

- Donar a conèixer les especificacions de cada tipus de dieta
- Facilitar la prescripció de dietes
- Facilitar l'elaboració de les dietes a la cuina
- Facilitar la supervisió de la dieta que es serveix
- Utilitzar com a eina d'educació nutricional

La informació de cada dieta s'ha estructurat de la següent manera:

- a) Nom de la dieta i nomenclatura (el codi corresponent que es farà servir).
- b) Introducció. En aquest apartat es descriu el concepte general de la dieta i es fa una breu explicació fisiopatològica de les situacions en las que la dieta es podria indicar. S'especifica, si cal, la durada màxima aconsellada.
- c) Indicacions. En aquest punt s'enumeren les patologies o síndromes en les que es pot aplicar la dieta.
- d) Característiques. En aquest apartat hi figuren la informació nutricional i dietètica de cada dieta.
 - a. Fòrmula dietètica: valor calòric total (VCT) expressat en kilocalories (Kcal), distribució del principis immediats expressats en percentatge i en valor absolut (grams).
 - b. Distribució de la dieta: indica el fraccionament de la dieta al llarg del dia. En cas necessari s'exposa la distribució energètica i nutricional de cada presa.
 - c. Aspectes culinaris: s'exposen en aquest punt les característiques dels mètodes de cocció, condimentació, etc. que s'aconsellen en l'elaboració de la dieta. Així com la consistència, el volum i la temperatura si cal.
 - d. Aliments aconsellats i restringits.
 - e. Exemple de Menú tipus.

A l'[Annex I](#) hi ha una taula resum del manual de dietes a l'hospital en el que es descriuen el codi, el nom, precaucions, les característiques i les indicacions de totes les dietes

A l'[Annex II](#) es pot observar les dietes en forma de racions de les diferents dietes controlades en hidrats de carboni disponibles en l'hospital, segons la quantitat d'energia i el numero de preses.

A l'[Annex III](#) hi ha de forma resumida exemples d'esmorzar, berenar i ressupò de les dietes controlades en hidrats de carboni.

A l'[Annex IV](#) es mostra el contingut dels àpats de mig matí, berenar i ressupò de les diferents dietes.

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



1. Llistat de dietes i com sol·licitar-les informàticament

DIETA	CODI SAVAC
Textura E o dieta de fàcil mastiació	FM *
Dieta sense porc	M *
Dieta rica en fibra	RF *
Dieta sense Gluten	S/G *
Dieta sense lactosa	S/L *
Dieta Hiposòdica	S/S *
Dieta Baix contingut de potassi	Observacions
Dieta normal o basal o cardiosaludable	B0
Dieta Basal Ovo-lacto-vegetariana	BV
Dieta Absoluta	ABS
Dieta Líquida (P1) Normal	P10
Dieta Líquida (P1) Diabetis	P1D
Dieta Líquida (P1) Sense residus	P10R
Dieta Líquida (P1) Sense residus Diabetis	P1DR
Dieta Semilíquida (P2) Normal	P20
Dieta Semilíquida (P2) Diabetis	P2D
Dieta Semilíquida (P2) Sense residus	P20R
Dieta Semilíquida (P2) Sense residus Diabetis	P2DR
Dieta Semitova (P3) Normal	P30
Dieta Semitova (P3) Diabetis	P3D
Dieta Semitova (P3) Sense residus	P30R
Dieta Semitova (P3) Sense residus Diabetis	P3DR
Dieta Tova (P4) Normal	P40
Dieta Tova (P4) Diabetis	P4D
Textura A o dieta consistència líquida Normal	TL0
Textura B o dieta de consistència mel Normal	TM0
Textura C o dieta triturada o puré Normal	TP0
Textura C o dieta triturada o puré Diabetis	TPD
Textura C o dieta triturada o puré Astringent molt rigorosa	TPA1
Textura C o dieta triturada o puré Astringent rigorosa	TPA2
Textura C o dieta triturada o puré Astringent moderada Normal	TPA30
Textura C o dieta triturada o puré Astringent moderada Diabetis	TPA3D
Textura C o dieta triturada o puré Astringent lleugera Normal	TPA40
Textura C o dieta triturada o puré Astringent lleugera Diabetis	TPA4D
Textura D o consistència tova o xafable amb forquilla Normal	TF0
Textura D o consistència tova o xafable amb forquilla Diabetis	TFD
Textura D o consistència tova o xafable amb forquilla Astringent Molt Rigorosa	TFA1
Textura D o consistència tova o xafable amb forquilla Astringent Rigorosa	TFA2
Textura D o consistència tova o xafable amb forquilla Astringent Moderada Normal	TFA30
Textura D o consistència tova o xafable amb forquilla Astringent Moderada Diabetis	TFA3D
Textura D o consistència tova o xafable amb forquilla Astringent Lleugera Normal	TFA40
Textura D o consistència tova o xafable amb forquilla Astringent Lleugera Diabetis	TFA4D



Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



DIETA	CODI SAVAC
Astringent Molt rigorosa	A1
Astringent Rigorosa	A2
Astringent Moderada Normal	A30
Astringent Moderada Diabetis	A3D
Astringent Lleugera Normal	A40
Astringent Lleugera Diabetis	A4D
Dieta amb mínim residus Normal	150
Dieta amb mínim residus Diabetis	15D
Dieta Hipoproteica Normal	180
Dieta Hipoproteica Diabetis	18D
Dieta Hiperproteica Normocalòrica Normal	17NCO
Dieta Hiperproteica Normocalòrica Diabetis	17NCD
Dieta Hiperproteica Hipercolòrica normal	17HC
Dieta Hiperproteica Hipercolòrica diabetis	17HCD
Dieta Fàcil digestió o protecció gàstrica Normal	PG0
Dieta Fàcil digestió o protecció gàstrica Diabetis	PGD
Dieta progressiva post-gastrectomia Dia 1 G1	G1
Dieta progressiva post-gastrectomia Dia 2 G2	G2
Dieta progressiva post-gastrectomia Dia 3 G3	G3
Dieta Post-Gastrectomia	G4
Dieta Exempta en greixos Normal	13BG0
Dieta Exempta en greixos Diabètica	13BGD
Dieta Diabetis: Ritme de 6 hores	D6
Diabetis: 1500kcal - 5 presses	D75
Diabetis: 1800kcal - 5 presses	D85
Diabetis: 2000kcal - 5 presses	D95
Diabetis: 2500kcal - 5 presses	D105
Dieta < 7 anys	Lliure
Dieta 7-12 anys	P7-12
Dieta > 12 anys	P >12
Picnic	PN
Dieta Postamigdalectomia – Dia 1	1FR
Dieta Postamigdalectomia – Dia 2 i 3	2FR
Dieta Postamigdalectomia – Dia 4 i 5	3FR

* Característiques de la dieta

Protocol de Diètes d'adults i infantils. Edició 4ª.



2. Diètes d'adults

Dieta Normal o Basal o Cardiosaludable (B0)

Introducció:

És una dieta equilibrada que cobreix les necessitats de la majoria de pacients hospitalitzats i va dirigida als pacients que no precisen una dieta terapèutica. El contingut proteic d'aquesta dieta és discretament superior a les recomanacions destinades a individus sans ja que els pacients hospitalitzats realitzen poca o nul·la activitat física i acostumen a tenir augmentat el catabolisme proteic.

Indicacions

Pacients adults ingressats que no precisen una dieta terapèutica.

Característiques:

Contingut energètic 2200-2400Kcal amb la següent composició:

- Proteïnes: 15-20% del valor calòric total (VCT).
- Hidrats de carboni: 45-55% del VCT.
- Greixos: 30-35% del VCT.
- Fibra: 25-30g.
- Sodi: 2-2.5g.

La distribució habitual de la dieta basal es realitzarà en 4 àpats i amb la següent repartició del VCT:

- esmorzar 25%.
- dinar 30%.
- berenar 15%.
- sopar 30%.

A la taula 1 s'exposen la freqüentació setmanal de cada grup d'aliment, les possibles cocccions així com la ració d'aliment que s'utilitzarà per pacient.

Freqüència setmanal d'aliments, tipus de cocccions i ració			
Grup d'aliments	Racions /set	Cocccions	Quantitat d'aliment que constitueix una ració
Farinacis	14	Bullit Fregit Guisat	60-80g pasta o arròs o llegum (cru) 180-200g patata
Pa i derivats	21		50g de pa blanc 50 g de pa de motllo 25 g de galetes Maria 30 g torrades 45g cereals d'esmorzar
Verdures i hortalisses	14	Bullit Guisat Forn Planxa	200g verdura fresca, congelada o en conserva 1 tomàquet gran 150g xampinyons
Fruites	14-21	Forn Bullides Crues Suc	1 peça de fruita mitjana (poma, préssec, pera) 200 g compota de fruita 150 g 2-3 mandarines o prunes o 3-4 albercocs o 1 tall de síndria o meló (300 g)

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Làctics	14	Llet semidesnatada iogurt desnatat	200cc Llet semidesnatada 2 iogurts 40-50g formatge tipus manxego 100-125g de mató
Proteics	14-16	Fregit Forn Estofat Planxa	120-150g Carn 150-180g peix 2 ous 40g pemil cuit 40g pemil curat
Greixos	21-28		10cc Oli d'oliva o de llavors 12g mantega o margarina

L'estructura dels àpats principals del menú basal ha de ser:

- 1 Ració de farinacis.
- 1 Ració de verdura crua o cuita.
- 1 Ració de proteics.
- 1 Ració de fruita o làctic.
- 1 Ració de pa.

Dieta normal o basal o cardiosaludable (B0) Distribució diària		
Valor calòric: 2200kcal. - proteïnes: 14%. - greixos: 35%. - hidrats de carboni: 48%. - fibra 25g.		
Esmorzar*	Llet semidesnatada i cafè Sucre Pa Mantega Melmelada	200cc 1 sobre 50g 12g 25g
Dinar	Amanida o verdura Fècula Carn, peix, ous Fruita Pa Oli	200g 200g 150g 200g 50g 30cc
Berenar	Iogurt Sucre	1 unitat 1 sobre
Sopar	Amanida o verdura Fècula Carn, peix, ous Fruita Pa Oli	200g 200g 150g 200g 50g 30cc

* S'ha establert una rotació dels esmorzars durant la setmana per tal d'oferir més varietat.

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Dietes progressives

Són unes dietes específiques indicades en les diferents etapes d'evolució d'una malaltia o intervenció, fins arribar a una dieta el més equilibrada i normal possible.

Fases de la dieta progressiva:



Dieta Absoluta (ABS)

És una fase en que el pacient no pot prendre res per la boca.

Està indicada en pacients amb dejuni preoperatori o postoperatori, preparacions per determinades proves, oclusions intestinals...

Per tant, no hi ha ingesta per via oral.

Les necessitats hídriques, de glucosa i electrolítiques s'han de fer per via endovenosa.

Dieta líquida (P1)

Introducció:

Constitueix la primera fase de totes les dietes progressives. Està elaborada exclusivament a partir d'aliments de naturalesa líquida a temperatura ambient.

Aquesta dieta està confeccionada per a situacions de ràpida transició, segons tolerància del pacient.

No aporta la energia ni nutrients necessaris pel que no s'hauria de mantenir més de 48 hores, si no és així cal pensar amb suplementos nutricionals orals o pautar una dieta [líquida completa \(TL\)](#).

Indicacions:

Preparació per proves exploratòries digestives.

Preoperatori.

Postoperatori.

Desdejuni de més de 72 hores.

Característiques:

Aporta menys de 500 kcal i la major part a partir d'hidrats de carboni d'absorció ràpida (sucres). El contingut d'hidrats de carboni és d'aproximadament 100g/dia.

Aquesta dieta està fraccionada en varies presses al llarg del dia per tal d'evitar complicacions gastrointestinals a conseqüència d'una excessiva distensió abdominal.

Inclou aliments de textura líquida, de fàcil absorció i amb una mínima quantitat de residus. Els aliments pomesos són aquells que poden ingerir-se mitjançant una canya (excepte la llet): aigua, brou de carn, peix o vegetal, suc de fruita (excepte cítrics), infusions, aigua d'arròs i/o pastanaga.

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Dieta líquida (P1) Distribució diària			
Valor calòric: 500kcal - hidrats de carboni: 100g.			
Àpats	P1	P1D - Diabètica	Quantitat
Esmorzar	Infusió Sucre	Infusió Edulcorant	150cc 1 sobre
Mig matí	Suc de poma o préssec	Suc de poma o préssec	200cc
Dinar	Brou vegetal o d'au Suc de poma o préssec	Brou vegetal o d'au Suc de poma o préssec	250cc 200cc
Berenar	Suc de poma o préssec	Suc de poma o préssec	200cc
Sopar:	Brou vegetal o d'au Suc de poma o préssec	Brou vegetal o d'au Suc de poma o préssec	250cc 200cc
Ressopó	Suc de poma o préssec	Suc de poma o préssec	200cc

* Quantitats calculades en base a nèctars de fruita sense sucre afegit

Dieta semilíquida (P2)

Introducció:

Constitueix la segona fase de les dietes progressives, a més dels líquids, inclou aliments de textura més compacte, de consistència líquida i pastosa, com el puré o les cremes.

No aporta l'energia ni nutrients necessaris pel que no s'hauria de mantenir més de 48 hores.

Té com a objectiu provar la resposta digestiva a la introducció de nous aliments, controlar la estimulació del tracte digestiu, iniciar una masticació lleugera i la formació de bolus alimentari.

Indicacions:

Pas intermedi en les dietes progressives del postoperatori, abans de passar a una dieta semitova.

Pas intermedi després de desdèjuni.

Característiques:

Aporta unes 800-900kcal, manté un baix contingut de lípids (al voltant de 20% del VCT) a expenses d'un major aport d'hidrats de carboni (més de 65% del VCT) i 12% del VCT de proteïnes. Es manté l'esquema de dieta fraccionada.

Grup d'aliment	Aliments recomanats	Aliments desaconsellats
Llet i derivats	Llet desnatada Iogurt desnatats	Llet i iogurts sencers, formatge, Flam i crema
Cereals i tubercles	Pasta de sopa (sémola) Patata	La resta
Brous	Vegetals De carn poc greixosos	Sopa amb tomàquet o amb trossos de verdura
Verdures i hortalisses	Puré Crema	Crua Flatulenta
Proteïcs	Cap	Tots
Fruita	Al fòm, bullida o en compota Suc	Crua i fruita cítrica Fruita seca
Dolços	Sucre Mel Melmelada	Mantega Cafè, té i cacau Aliments salats Espècies i condiments
Greixos	Oli	Tota la resta

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Dieta semilíquida (P2) Distribució diària			
Valor calòric: 800kcal. - proteïnes: 11%. - greixos: 23%. - hidrats de carboni: 66%. - fibra 10g.			
Àpats	P2	P2 Diabètica	Quantitat
Esmorzar	Llet desnatada Sucre	Llet desnatada Edulcorant	200cc 1 sobre
Mig matí	Suc de poma o préssec	Suc de poma o préssec	200cc
Dinar	Purè de verdures (150g patata) Oli Compota de fruita	Purè de verdures (150g patata) Oli Compota de fruita	300cc 10cc 100g
Berenar	Iogurt desnatat sucre	Iogurt desnatat edulcorant	1 unitat 1 Sobre
Sopar	Brou amb sèmola (45g) Oli Compota de fruita	Brou amb sèmola (45g) Oli Compota de fruita	250cc 10cc 100g
Ressopó	1 iogurt desnatat Sucre	1 iogurt desnatat Edulcorant	1 unitat 1 sobre

* Quantitats calculades en base a néctars de fruita sense sucre afegit

Dieta semitova (P3)

Introducció:

És una dieta amb una textura suau, tova, de fàcil digestió i baixa en residus. Constitueix la tercera fase de les dietes progressives. NO cobreix en energia i nutrients a la major part de pacients hospitalitzats.

Indicacions:

Pas intermedi en les dietes progressives postcirurgia.
Pas intermedi després de desdijuni.

Característiques:

Aporta unes 1300-1400Kcal dia, amb la següent composició: proteïnes entre 20 i 22% del VCT, hidrats de carboni 45-50% del VCT i greixos entre el 30-35% del VCT. S'inclouen per primer cop aliments de primer plat sencers, com són l'arròs, la pasta alimentària, la patata. Es manté la verdura en forma de puré. Apareixen els plats a base de carn, peix o ous. Dieta distribuïda en 5 àpats.

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Grup d'aliments	Aliments permesos	Preparació culinària
Llet i derivats	Llet semi o desnatada iogurt, flàm i crema	
Farinacis	Sèmola, patata, arròs, pastes alimentícies, pa de motlle, Torrades	Bullits amb aigua o brous seus
Proteics	Pollastre, carn magre, peix blanc, permil cuit, ous sencer	Bullit Truita
Fruites i verdures	Poma, préssec, pera Purè, sopes i cremes de verdures	Bullida, compota, almívar
Greixos	Oli	Mantega, margarina
Altres	Galetes tipus Maria Melmelada, mel Infusions Cafè descafeïnat	

Dieta semitova (P3)			
Distribució diària			
Valor calòric: 1200kcal.			
- proteïnes: 27%.			
- greixos: 25%.			
- hidrats de carboni: 48%.			
- fibra 10g.			
Àpats	P3	P3 Diabètica	Quantitat
Esmorzar	Llet desnatada amb cafè Sucre Torrades Permil cuit o gall d'indi	Llet desnatada amb cafè Edulcorant Torrades Permil cuit o gall d'indi	200cc 1 sobre 30g 15g
Dinar	Purè de verdures (150g patata) Pollastre bullit (sense guarnició) Oli Compota de fruita Torrades	Purè de verdures (150g patata) Pollastre bullit (sense guarnició) Oli Compota de fruita Torrades	300cc 100g 10cc 100g 15g
Berenar	logurt desnatat sucre	logurt desnatat edulcorant	1 unitat 1 Sobre
Sopar	Brou amb sèmola (45g.) Peix bullit (sense guarnició) Oli Compota de fruita Torrades	Brou amb sèmola (45g.) Peix bullit (sense guarnició) Oli Compota de fruita Torrades	250cc 120g 10cc 100g 15g
Ressopó	logurt desnatat sucre	logurt desnatat Edulcorant	1 unitat 1 Sobre

Dieta tova (P4)

Introducció:

És una dieta de fàcil digestió amb mínima estimulació digestiva.
Representa la última fase de les dietes progressives.

Direcció de Qualitat i Planificació. Subcomissió de Dietes.



Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Cobreix en energia i nutrients a la major part dels pacients hospitalitzats, per la qual cosa pot ser indicada per períodes perllongats.

Indicacions:

És la darrera fase de les dietes progressives.

Característiques:

L'aport calòric és 1600-1800kcal, proteïnes 20-22% del VCT, greixos 25-30% i hidrats de carboni 45-50%.

S'introdueixen per primer cop les verdures cuites en forma només de guarnició i la fruita crua madura. S'inclouen les llegums en forma de puré.

Els àpats estan repartits en 4 preses.

Grup d'aliments	Aliments permesos	Preparació culinària
Llet i derivats	Llet i llets fermentades Formatge tendre, flam o cremes	
Farinacis	Sèmola, patata, arròs, pastes alimentícies, pa blanc, pa torrat, galetes tipus Maria	Bullits amb aigua o brous seus
Proteïcs	Pollastre, carn magre, peix blanc, pernil cuit, ous	Bullit, vapor, planxa, forn estofat amb poc oli Truita
Verdures	Totes excepte les flatulentes i crues	Bullida o puré
Fruïtes	Fruïta crua madura o cuita	Bullida, compota, almívar
Greixos	Oli, mantega, margarina	
Altres	Galetes tipus Maria Melmelada Infusions Cafè descafeïnat	

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Dieta tova (P4) Distribució diària			
Valor calòric: 1800kcal. - proteïnes: 20%. - greixos: 30%. - hidrats de carboni: 50%. - fibra 20 g.			
Apats	P4	P4 Diabètica	Quantitat
Esmorzar	Llet desnatada amb cafè descafeïnat Sucre Torrades Pernil cuit o gall d'indi	Llet desnatada amb cafè descafeïnat Edulcorant Torrades Pernil cuit o gall d'indi	200cc 1 sobre 30g 30 g
Dinar	Puré de verdures (150g patata) Pollastre forn amb verdura cuïta Oli Compota de fruita Pa	Puré de verdures (150g patata) Pollastre forn amb verdura cuïta Oli Compota de fruita Pa	300cc 100g + 50g 20cc 100g 50g
Berenar	Iogurt desnatat sucre	Iogurt desnatat edulcorant	1 unitat 1 Sobre
Sopar	Brou amb sèmola (45g.) Peix planxa amb verdura cuïta Oli Fruita crua madura Pa	Brou amb sèmola (45g.) Peix planxa amb verdura cuïta Oli Fruita crua madura Pa	250cc 125g + 50g 20cc 100g 50g

Dieta progressiva sense residus

Introducció:

La dieta pobre en residus és aquella que conté baix contingut en fibra i altres elements que puguin incrementar el residu fecal.

Objectiu dietètic:

Té com a objectiu disminuir el pes i volum de bolus fecal.

Indicacions:

Post operatori com a fase de transició entre la dieta líquida i la normal.
 Fase aguda de diverticulitis.
 Sospita de suboclusió i estenosi de budell prim.
 Enteritis ràdica i resecció intestinal.

Progressió de la dieta:



Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



P10R (dieta sense residus líquida)

Apats	P10R	P1DR - Diabètica
Esmorzar	Infusió + sucre	Infusió + edulcorant
Mig matí	Suc de poma	Suc de poma
Dinar	Brou vegetal o d'au + suc de poma	Brou vegetal o d'au + suc de poma
Berenar	Suc de poma	Suc de poma
Sopar	Brou vegetal o d'au + suc de poma	Brou vegetal o d'au + suc de poma
Ressopó	Infusió + sucre	Infusió + edulcorant

P20R (dieta sense residus semilíquida)

Apats	P20R	P2DR - Diabètica
Esmorzar	logurt desnatat + sucre	logurt desnatat natural+ edulcorant
Mig matí	Suc de poma	Infusió amb edulcorant
Dinar i Sopar	Sopa amb pasta petita o arròs bullit o puré de patata (no puré de verdures ni de pastanaga) Codony o gelatina o iogurt desnatat + sucre o compota de poma	Compota de poma o iogurt desnatat natural + edulcorant
Berenar	logurt desnatat + sucre	logurt desnatat + edulcorant
Ressopó	logurt desnatat + sucre	logurt desnatat natural + edulcorant

P30R (dieta semitova sense residus)

Apats	P30R	P3DR - Diabètica
Esmorzar	logurt desnatat + sucre Torrades amb permil cuit o gall d'indi	logurt desnatat natural + edulcorant Torrades amb permil cuit o gall d'indi
Dinar i Sopar	1 ^{er} plat: Sopa amb pasta petita o arròs bullit o puré de patata (no puré de verdures ni de pastanaga) 2 ^{on} plat: pollastre o gall indi o peix blanc (bullit, papillote o forn) o truita francesa Postres: Compota de poma	
Berenar	logurt desnatat + sucre	logurt desnatat natural + edulcorant
Ressopó	logurt desnatat + sucre	logurt desnatat natural + edulcorant

Dietes amb textura modificada

Introducció

Es tracta d'un grup de dietes en les que s'ha modificat la textura dels aliments mitjançant el procés culinari.

Indicacions

Estan indicades en casos de disfàgia.

[Direcció de Qualitat i Planificació. Subcomissió de Dietes.](#)

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Com més greu és la disfàgia o la capacitat de deglució més cal reduir-ne el volum i augmentar la viscositat dels aliments. Així doncs la consistència i el volum pot variar en relació a la capacitat de deglutir del pacient i també pot variar el grau de disfàgia al llarg del temps segons l'evolució del pacient.

Característiques:

Els aliments sòlids es poden classificar segons el seu grau de consistència o viscositat en:

- Textura A: consistència líquid.
- Textura B: consistència mel.
- Textura C: consistència puré.
- Textura D: el menjar no necessita ser triturat. Però es pot xafar amb la forquilla. Requereix una lleu masticació.
- Textura E: de fàcil masticació, són plats amb menjar que es pot trossejar amb forquilla.

En general no es toleren els aliments amb doble textura com per exemple sopa amb pasta o cereals amb llet, espaguetis amb carn, fruites crues, malgrat que en algun pacient en concret i en l'última fase de les dietes de disfàgia poden aconsellar-se.

Cal assegurar una bona hidratació del pacient i tenir en compte el tipus i grau de disfàgia. Els suplementes líquids es poden classificar segons el seu grau de consistència o viscositat en:

- líquids (aquells que es poden beure amb una canya).
- nèctar (aliments que es poden beure directament d'un got).
- mel (aliment que cal menjar amb cullera. No manté la seva forma).
- púding (aliment que s'ha d'ingerir mitjançant una cullera. Manté la seva forma).

Per modificar la textura de l'aigua i aconseguir la textura adequada cal utilitzar espessidor seguint les instruccions de preparació del fabricant.

Una manera fàcil de calcular les necessitats hídriques (en ml/24 hores) és mitjançant una de les següents fórmules:

- $1500\text{ml} + [(pes-20) \times 20]$.
- 30 ml/kg de pes.

Cal paucar l'aigua necessària en forma d'aigua gelificada o espessidor amb la textura adequada a cada tipus de dieta. S'ha de tenir en compte l'aigua que ja porten els aliments.

Dieta de textura A o líquida completa (TL)

Introducció:

Dieta de consistència puré líquid, suau i homogènia. Menjar que ha estat tamisat per a treure les partícules. Es pot afegir un espessidor o gelatina en pols per a mantenir l'estabilitat. Malgrat que aquesta dieta es pot prendre amb canya, no s'ha d'utilitzar.

Indicacions:

Disfàgia a sòlids.
Càncer de base de llengua o de llengua.
Intervencions quirúrgiques de retrognatisme o prognatisme.

Característiques:

Es millor prendre els aliments freds ja que estimulen més el reflex de la deglució.

Precaucions:



Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



En tots els casos, cal demanar a farmàcia els preparats comercials amb una composició definida ja que des de cuina no es lliurarà safata perquè no es pot garantir ni la textura ni l'aport nutricional necessari.

Per Savac, es pot demanar com a extres imputable al pacient: aigua, llet, suc i/o brou.

Dieta de textura B o dieta de consistència mel (TM)

Introducció:

Dieta de consistència suau i homogènia. El aliments han estat tamisats per a treure les partícules. Es pot afegir un espessidor per a mantenir estabilitat. No es pot prendre amb canya ni amb forquilla, s'ha de prendre amb cullera i al decantar-la poden regalimar unes gotes.

Indicacions:

AVC.
Malalties neurodegeneratives (ELA, Parkinson...).
Miastènia.

Característiques:

En general es toleren els aliments espessos com la crema i el iogurt. Per tal d'espessir algun plat es poden utilitzar farines infantils i espessidors.

L'aigua s'ha d'espessir a textura mel seguint les instruccions del fabricant de l'espessidor.

Precaucions:

En tots els casos, cal demanar a farmàcia els preparats comercials amb una composició definida ja que des de cuina no es lliurarà safata al no poder garantir ni la textura ni l'aport nutricional necessari.

Per Savac, es pot demanar com a extres imputable al pacient: aigua, iogurt o natilles.

Dieta de textura C o dieta triturada o puré (TP)

Introducció:

Dieta de consistència suau, homogènia i espessa. Menjar que ha estat tamisat per a treure les partícules. Es pot afegir un espessidor per a mantenir estabilitat. Es pot menjar amb cullera. Pot mantenir la seva forma en un plat i es pot moldejar. No cal masticació.
Indicada en patologia que presenten una disfàgia severa – moderada, és a dir retenció important d'aliment a faringe, vestibul, laringe o cavitat bucal que no es resol amb múltiples maniobres; i/o aspiració d'aliments que no ocasiona tos i que no es resol amb tos intencionada.
Requereix de supervisió total o quasi total.

Indicacions:

Absència de peces dentaries.
AVC.
Malalties neurodegeneratives evolucionades.
Miastènia amb processos aguts.
Laringectomitzats parcials.

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Característiques:

Es tracta d'una dieta elaborada a partir d'aliments que han estat sotmesos a trituració o que en el seu estat natural són de consistència pastosa en la que no estan inclosos els aliments líquids ni sòlids.

Es poden utilitzar les gelatines, espessidors i cereals en pols dextrinats.

L'esmorzar i berenar consta d'una farineta enriquida.

Es tracta d'una dieta elaborada amb triturats, que en el dinar consisteix en un bol de 400 cc s'afegeix un puré de verdures i aliments proteics (carn, pollastre, peix, ous). Per assolir un mínim calòric i proteic aquest puré està enriquit amb oli i amb clara d'ou. Els postres són a base de compota de fruites homogeneïtzades, crema, flam, iogurts, batuts de fruites, fruites al forn.

L'aigua s'ha d'espessir a textura pudding, seguint les instruccions del fabricant del espessidor.

Contingut energètic 2000Kcal amb la següent composició:

- Proteïnes: 17-20% del valor calòric total (VCT).
- Hidrats de carboni: 40-42% del VCT.
- Greixos: 35-38% del VCT.
- Fibra: 20-30g.
- Sodi: 2-2,5g.

Grup d'aliment	Aliments aconsellats	
Begudes	Qualsevol beguda suau, homogènia sense grumolls, trossos o polpes; necessiten ser espessides. Sucs, cafè, llet, o infusions.	
Llet i derivats	Llet amb cereals dextrinats i iogurts, crema, flam, salsa beixamel.	
Farines	Puré de patata poc espès, soufflés, farinetes de cereals.	
Llegums	En forma de puré.	
Proteïcs	En forma de puré o soufflé de peix o carn.	
Fruïtes i verdures	Triturades, puré, soufflés, crema, sopa, gaspatxo tamisat crema de verdures.	
Greixos	Oli, mantega, margarina, maionesa, salsa holandesa.	
Dieta de Textura C o dieta triturada o puré (TP)		
Distribució diària		
Valor calòric: 2000kcal. - proteïnes: 19%. - greixos: 39%. - hidrats de carboni: 42%. - fibra: 20g.		
Esmorzar	Turmix de: - Llet semidesnatada amb fibra - Cereals dextrinats - Llet en pols	200cc 25g 10g
Dinar	- Puré de pollastre comercial - Oli - Clara d'ou - Compota de fruita comercial	400g 10cc 30g 100g
Berenar	Turmix de: - Llet semidesnatada - Cereals dextrinats	200cc 25g
Sopar	- Puré de peix comercial - Oli - Clara d'ou - Compota de fruita comercial	400g 10cc 30g 100g

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Dieta de textura D o consistència tova o xafable amb forquilla (TF)

Introducció:

Dieta en el que el menjar és tou amb variació de textures. No s'han triturat o convertit en puré i no s'ha tamisat. Són aliments que es poden aixafar amb una forquilla i es poden servir o acompanyar de salses espesses i/o oli, que ajuden a lubricar el menjar i en faciliten la deglució. La carn s'ha de preparar com a la textura C. Requereix una mínima masticació. No hi ha dobles textures o textures mixtes, ni aliments líquids.

Indicacions:

Disfàgia mecànica que precisa de mínima masticació: AVC amb disfàgia recuperada, inici de malalties neurodegeneratives, miastènia, (força recuperades).

Característiques:

És una dieta que aporta els suficients nutrients i energia, per aquest motiu pot seguir-se en períodes perllongats de temps.

Grup d'aliment	Aliments aconsellats
Llet i derivats	Llet semidesnatada amb espessidors o cereals dextrinats, iogurt, salsa beixamel, flams, crema, formatge fresc, mató
Farines	Sèmola, puré de patata o d'arròs, magdalenes, melindros, pa de motlle, moniato, llegums sense pell, puré de verdures homogenis
Llegums	En forma de puré tamisats
Proteics	Peix blanc guisat o bullit sense espines, truita sufflés o pastís de peix, pasta de croquetes i formatge fresc púdings i mousse
Fruïtes i verdures	Cuïtes o triturades, puré tamisat, crema. A valorar verdures cuïtes si es poden aixafar amb una forquilla
Greixos	Oli, mantega, margarina, maionesa, salsa holandesa.

Exemples de plats i aliments xafables amb forquilla:

Primer plats: patates, pastanaga, mongeta tendra sense fils, bròquil, coliflor amb beixamel, llegums sense pell o tamisades, moniato, oli per lubricar, canelons, lasanya, cremes.

Segons plats: pasta croqueta, peix planxa o bullit, truita, pasta de bunyols o brandada, mandonguilles petites o hamburgueses petites elaborades amb ou per amorosir i que no estiguin resseques, permil dolç birutat o formatge tendre.

Postres: mató, mousse de xocolata, llimona o cafè, poma al forn o bullida, púding, plàtan madur, caqui, iogurt, flam, compota de fruita sense taronja excepte en el cas de que s'hagi tamisat, cremes.

Consells dietètics:

Es recomana evitar:

- Carn de vedella malgrat estigui estofada o guisada.
- No macarrons ni espaguetis amb carn picada.
- Taronja o mandarina excepte suc colat.
- Pèsols.
- Peix amb espines.
- Brou o sopa amb pasta.

Contingut energètic 2000Kcal amb la següent composició:

- Proteïnes: 15-20% del valor calòric total (VCT).
- Hidrats de carboni: 50-55% del VCT.
- Greixos: 30-35% del VCT.
- Fibra: 20-25g.
- Sodi: 2-2,5g.

Direcció de Qualitat i Planificació. Subcomissió de Dietes.

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Textura D o consistència tova o xafable amb forquilla (TF)		
Distribució diària		
Valor calòric: 2000kcal. - proteïnes: 15%. - greixos: 35%. - hidrats de carboni: 50%. - Fibra 23g.		
Esmorzar	Iogurt Pa de motlle Mantega Mermelada Sucre	1 unitat 50g 10g 20g 1 sobre
Dinar	Crema de verdures Peix guisat Salsa de tomàquet Puré de patates com a guarnició Compota de fruita Oli Pa de motlle	300cc 150g 70g 150g 100g 20cc 50g
Berenar	Iogurt Sucre	1 unitat 1 sobre
Sopar	Patata bullida Pastanaga bullida Truita Compota de fruita Oli Pa de motlle	45g 150g 1 ou 100g 20cc 50g

Dieta de textura E o dieta de fàcil masticació (FM)

Introducció:

Es tracta d'una dieta que precisa una lleu trituració dentària sense tenir en compte el grau de digestibilitat. S'elabora amb aliments o plats que es poden trossejar amb la forquilla. Es poden acompanyar d'aliments sòlids i de salses espesses.

Indicacions:

Pacients amb dificultats en la masticació ja sigui per la manca de peces dentàries, processos inflamatoris o dolor en la cavitat bucal.

Característiques:

És una dieta que aporta els suficients nutrients i energia, per aquest motiu pot seguir-se en períodes perllongats de temps.

En cas d'úlceres en la cavitat bucal caldrà evitar aliments estelosos, irritants i a temperatures extremes.

Els aliments permesos estan descrits en la següent taula.

Coccions: bullit, vapor, fregit, forn, guisats i estofats.

Per dificultat d'ingesta es recomana evitar aliments durs, amb filaments i espines.

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Grup d'aliment	Aliments aconsellats
Llet i derivats	Llet i llets fermentades, formatge fresc i/o mató.
Farines	Sèmola, puré de patata, patata bullida, arròs, pa de motlle.
Llegums	En forma de puré o bullida.
Proteics	Cuixa de pollastre, mandonguilles, hamburgueses, croquetes, canelons, lasanya, peix blanc sense espines, ous (excepte ous durs).
Fruites i verdures	Toves, cuites o triturades, puré, crema, sopa, gaspatxo. No pinya, kiwi ni poma crua Si pera madura, plàtan madur, síndria, meló, taronja, mandarina, maduixes i fruita en almívar. A valorar verdures cuites senceres.
Greixos	Oli, mantega, margarina.

Contingut energètic 2000Kcal amb la següent composició:

- Proteïnes: 15-20% del valor calòric total (VCT).
- Hidrats de carboni: 50-55% del VCT.
- Greixos: 30-40% del VCT.
- Fibra: 20-30g.
- Sodi: 2-2,5g.

Dieta de fàcil masticació (FM) Distribució diària		
Valor calòric: 2000kcal. - proteïnes: 15%. - greixos: 39%. - hidrats de carboni: 48%. - fibra: 24g.		
Esmorzar	Llet semidesnatada i cafè Sucre Pa de motlle Oli Pernil dolç	200cc 1 sobre 50g 10cc 30g
Dinar	Crema de verdures Mandonguilles Salsa de tomàquet Arròs bullit de guarnició Compota de fruita Pa de motlle Oli	200cc 120g 70g 100g 100g 50g 20cc
Berenar	logurt Sucre	1 unitat 1 sobre
Sopar	Patata bullida Mongeta tendra bullida Peix bullit Poma al forn Pa de motlle Oli	200g 150g 125g 150g 50g 20cc

Protocol de Diètes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Diètes amb contingut variable de fibra

Dieta astringent (A)

Introducció:

Es tracta d'una dieta destinada a reduir el trànsit intestinal. Es basa principalment en la reducció de la ingesta d'aliments rics o amb un contingut moderat de fibra i aquells que estimulin el peristaltisme. Es tracta d'una dieta progressiva i la severitat i la duració de la mateixa està en relació a la gravetat dels símptomes. S'acostuma a utilitzar per a períodes curts de temps (4-5 dies).

En el cas de certes patologies, quan la dieta estigui indicada per un període més llarg de temps, cal pensar en suplementar en vitamines i/o minerals.

Indicacions:

Diarrees per diversos motius (budell curt, gastroenteritis, enterocolitis, enteritis radica).
Malaltia inflamatòria intestinal.

Característiques:

Acostuma a formar part d'una dieta progressiva (líquida, semilíquida, tova) en la que s'introdueixen lentament els aliments. El pas d'una dieta a altre depèn de la tolerància i de la gravetat clínica de cada pacient.

Els aliments es distribuïran en 5-6 àpats de poc volum i a temperatura ambient per tal d'evitar estimular el peristaltisme.

Evitar aliments rics en fibra insoluble, lactosa, irritants de la mucosa digestiva (fregits, guisats, salats...), aliments rics en greixos per digestions perllongades, estimulants del reflex gastro-còlic (café, suc de fruita ensucrats).

Fases de la dieta astringent:



Molt rigorosa (A1)

Les primeres 6-24 hores.

Es tracta d'una dieta líquida (fraccionada en 8 ingestes i en poca quantitat per ingesta) a base d'aigua d'arròs o d'arròs i pastanaga, infusions suaus com la camamilla amb edulcorant, solucions comercials de rehidratació o suc de poma bullida.

- Aigua d'arròs o aigua d'arròs i pastanaga.
- Aigua o millor solucions rehidratants per via oral.
- Té fluix o camamilla amb edulcorant.

Rigorosa (A2)

Aquesta fase pot durar entre 2-3 dies.

Constitueix el inici d'una dieta amb aliments sòlids, però encara es limiten els greixos i la fibra. S'inicia la ingesta d'arròs bullit o també crema o puré de pastanaga o sèmola d'arròs.

Esmorzar i berenar:

- Té fluix o camamilla amb 1 sobre de sucre.

Dinar/sopar

- 3-4 cullerades d'arròs bullit o arròs bullit amb pastanaga.

Direcció de Qualitat i Planificació. Subcomissió de Diètes.



Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Moderada (A3)

S'inicia quant ja s'han reduït el número de deposicions i siguin de consistència més ferma. La duració d'aquesta dieta oscil·la entre 2-4 dies.

Es comença a introduir sèmola, pastes de sopa en brous suaus, puré de patata, fruita cuita com poma, codony, permil cuit i torrades.

La truita serà de clares i s'introdueix el iogurt per berenar, així com els aliments proteics en poca quantitat i bullits.

Dieta astringent moderada (A3) Distribució diària		
Valor calòric: 1400kcal. - proteïnes: 21%. - greixos: 22%. - hidrats de carboni: 57%. - fibra 13g.		
Esmorzar	Té fluix o infusió Sucre Torrades Permil cuit o gall d'indi o codonyat	150cc 1 sobre 30g 30g
Dinar	Pasta alimentària Pollastre bullit amb pastanaga bullida Torrades Poma bullida Oli	30g 80g 30g 150g 10cc
Berenar	Iogurt desnatat Sucre	1 unitat 1 sobre
Sopar	Sopa d'arròs Peix bullit amb patata bullida Torrades Compota de fruita Oli	45 g 100g 30g 100g 10cc
Ressopó	Iogurt desnatat Sucre	1 unitat 1 sobre

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Lleugera (A4)

Abans de passar a una dieta normal o basal s'introdueixen la carn i peix a la planxa, truita a la francesa, petites quantitats de verdura bullida de guarnició o en forma de puré, galetes maria.

Dieta astringent lleugera (A4) Distribució diària		
Valor calòric: 1600kcal. - proteïnes: 19%. - greixos: 33%. - hidrats de carboni: 48%. - fibra 18g.		
Esmorzar	Té fluix o infusió Sucre Torrades Pemil cuit o gall d'indi o codonyat	150cc 1 sobre 30g 30g
Dinar	Pasta alimentaria en cru Pollastre planxa amb verdura cuita Torrades Poma bullida Oli	45g 150g + 50g 30g 150g 20cc
Berenar	logurt Sucre	1 unitat 1 sobre
Sopar	Puré de patata Peix bullit amb verdura cuita Torrades Compota Oli	150g 120g + 50g 30g 100g 20cc
Ressopó	logurt Sucre	1 unitat 1 sobre

Dieta sense residus (15)

Introducció:

Es una dieta que té com objectiu reduir al mínim el volum i el pes del bolus fecal, pel que presenten un quasi nul contingut en fibra i altres elements que poden incrementar el residu fecal. A més de limitar els aliments amb fibra es limiten els aliments amb teixit connectiu, el greix i la llet. Per a les proves diagnòstiques cal seguir la dieta durant els 3 dies previs.

Indicacions:

Preparació per proves diagnòstiques com enema baritat, colonoscòpies...
Preparació per a intervencions quirúrgiques abdominals.
Malalties inflamatòries intestinals.
Reseccions intestinals.

Característiques:

Són dietes molt restrictives pel que si cal mantenir-les per un període perllongat, cal considerar la indicació d'una dieta enteral completa.

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Grup d'aliment	Permès	No permès
Làctics	logurt desnatat o formatge fresc	Llet, iogurt sencer o altres formatges
Fruita	Sucs de fruita sense polpa	Totes Suc de pruna i fruits secs
Verdura	Brous	Totes
Llegums	Cap	Totes
Farines i Cereals	Refinats: pasta, sopa, arròs, sèmola, pa blanc torrat, puré de patata	Patata, Cereals Integrals Productes de pastisseria
Carn	Tendra (filet de vedella, gall d'indi, pollastre)	Dura i fibrosa
Peix	Blanc	Peix blau, marisc
Ous	Bullit, truita a la francesa, passat per aigua	Fregits, remenats
Dolços	Gelatines, codony	Mel
Greixos	Limitar a 4 racions al dia: Oli i Margarina	
Coccions	Bullit, papillote, forn, vapor	Fregits, rostits, arrebossats

Dieta sense residus (15)		
Distribució diària		
Valor calòric: 1800Kcal. - proteïnes: 21%. - greixos: 32%. - hidrats de carboni: 47%. - fibra 7g.		
Esmorzar	Té flux Sucre Torrades Pernil cuit Oli	150cc 1 sobre 30g 40g 10cc
Dinar	Sopa amb pasta Pollastre bullit Puré de patata Torrades Suc de poma Oli	60g en cru 100g 80g 30g 200cc 20cc
Berenar	logurt Sucre Torrades	1 unitat 1 sobre 30g
Sopar	Arròs bullit Peix bullit Torrades Suc de poma Oli	60g en cru 125g 30g 200cc 20cc

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Dieta rica en fibra (RF)

Introducció:

Es tracta d'una dieta amb un contingut de fibra de 25-40g/dia, és a dir 15g de fibra per cada 1000kcal.

Indicacions:

Pacients amb constipació.
Diverticulosi colon.

Característiques:

La dieta rica en fibra és molt saciant. S'aconsella 4/5 àpats per garantir una ingesta adequada.

Es important beure 8-10 gots de líquids al dia per assegurar que arribi al còlon i pugui ésser atrapada pels aliments retinguts, afavorint l'aparició de moviments peristàtics.

Les llets fermentades contenen bacteries vives que ajuden a equilibrar la flora i millorar les secrecions intestinals.

Els aliments rics en fibra són cereals integrals i derivats, llegums, verdures, hortalisses i fruites.

Els olis també afavoreixen el peristaltisme intestinal pel seu efecte lubricant.

Convé evitar en el possible els aliments astringents com són l'arròs, la poma crua ratllada, la patata, la pastanaga, la pasta, el codony, el plàtan.

Contingut energètic 1800Kcal amb la següent composició:

- Proteïnes: 15-20% del valor calòric total (VCT).
- Hidrats de carboni: 45-50% del VCT.
- Greixos: 25-30% del VCT.
- Fibra: més de 30g.
- Sodi: 2-2,5g.

Dieta rica en fibra (RF) Distribució diària		
Valor calòric: 1800kcal. - proteïnes: 20%. - greixos: 30%. - hidrats de carboni: 50%. - fibra 35g.		
Esmorzar	Llet semidesnatada i cafè Sucre Pa integral Mantega Melmelada o mel	200cc 1 sobre 50g 12g 25g
Dinar	Amanida variada Pasta Cam o pollastre Fruita Pa integral Oli	200g 60 g cru 100g 150g 50g 20cc
Berenar	logurt Sucre	1 unitat 1 sobre
Sopar	Verdura Patata Peix Fruita Pa integral Oli	150g 200g 120g 150g 50g 20cc



Protocol de Diètes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Diètes modificades en proteïnes

Dieta hipoprotèica (18)

Introducció:

L'objectiu d'aquesta dieta es prevenir i/o millorar la encefalopatia hepàtica evitant els factors dietètics desencadenants, reduint l'amoní plasmàtic al reduir el contingut de proteïnes, intentant mantenir les reserves proteïques en la mesura que sigui possible.

En el cas d'insuficiència renal, intentar corregir i/o prevenir les possibles alteracions metabòliques associades.

Indicacions:

Hepatopatia amb encefalopatia crònica que no tolera dieta convencional.

Insuficiència renal crònica fase prediàlisi.

Característiques:

Per tal d'evitar el catabolisme tissular, l'aport energètic serà de 30-35kcal/kg/dia. És una dieta normocalòrica.

L'aport proteic aconsellat es de 0,8g proteïnes/kg/dia, de les quals el 60% seran d'alt valor biològic.

Els hidrats de carboni representen el 55-60% del VCT sobretot a expenses dels hidrats de carboni complexos.

Els greixos han de representar el 30-35% del VCT de la dieta, principalment a expenses d'àcids grassos monoinsaturats i poliinsaturats.

Es recomana que el contingut de fibra superi els 20g/dia.

Aquesta dieta és hiposòdica lleu, aporta entre 1500-2000mg de sodi al dia (65-90 mEq/dia)

En cas d'edemes i/o ascitis la restricció de sodi ha d'ésser més severa (< 45 mEq/dia /1000 mg de sodi al dia).

Protocol de Diètes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Dieta hipoprotèica (50-60g proteïnes al dia) (18) Distribució diària		
*Exemple de dieta per a un pacient que pesi entre 65-70kg. Valor calòric: 1900kcal. - proteïnes: 10%. - greixos: 35%. - hidrats de carboni: 55%.		
Esmorzar	Llet semidesnatada i cafè Sucre Pa sense sal Margarina Melmelada	200cc 1 sobre 50g 12g 25g
Dinar	Arròs Salsa de tomàquet Amanida Truita Pa sense sal Fruita Oli	45 g en cru 80g 200g 1 ou 50g 150g 20cc
Berenar	Tè o infusió Sucre Torrades	150cc 1 sobre 15g
Sopar	Verdura Patata Pèsols saltejats o llegum Pa sense sal Fruita Oli	200g 150g 80g cuit 50g 150g 20cc

Dieta Hiperproteica (17)
Normocalòrica (17NC) i Hiperclòrica (17HC)

Introducció:

Aquesta dieta aporta una quantitat superior a 1,5g proteïnes/kg de pes /dia.
Té com a objectius prevenir o corregir el catabolisme tissular i la pèrdua de pes en els pacients que tenen augmentades les seves necessitats, i mantenir les reserves proteiques del organisme en la mesura que sigui possible.

Indicacions:

Sepsis.
Estats febrils.
Infeccions.
Malnutrició proteicoenergètica (cal iniciar-la de manera progressiva per tal d'evitar la síndrome de la renutrició).
Politraumatismes.
Càncer.
Cremats.
Infeccions per HIV.
Úlceres de decúbit.

Característiques:

[Direcció de Qualitat i Planificació. Subcomissió de Diètes.](#)

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



La relació entre l'aport energètic no proteic i el nitrogen ha d'estar entre 120:1 i 150:1, ve a representar el 20% de l'aport energètic total. Com a mínim el 60% de les proteïnes han d'ésser d'alt valor biològic.

Cal que la realimentació sigui progressiva. Quan la situació hipercatabòlica es normalitzi cal anar adaptant la dieta en les proporcions adequades de cada nutrient.

Els pacients malnutrits tenen poca apetència per la ingesta d'aliments rics en proteïnes i energia. Per aquest motiu, s'aconsella repartir la ingesta diària en varies presses per afavorir que el pacient ingereixi la quantitat necessària de proteïnes i energia. En alguns casos pot ésser útil o necessari la prescripció de suplementos nutricionals ja sigui preparats amb aliments convencionals o amb preparats comercials.

Normocalòrica (17NC)

Contingut energètic 1800-2000Kcal amb la següent composició:

- Proteïnes: 18-22% del valor calòric total (VCT).
- Hidrats de carboni: 45-50% del VCT.
- Greixos: 30- 35% del VCT.

Dieta hiperproteica normocalòrica (17NC)		
Distribució diària		
Valor calòric: <u>1900kcal (110 g proteïna)</u> .		
- proteïnes: 22%.		
- greixos: 30%.		
- hidrats de carboni: 48%.		
Esmorzar	Llet semidesnatada i cafè	200cc
	Sucre	1 sobre
	Pa	50g
	Pemil	30g
	Oli	10cc
Dinar	Fruita	150g
	Verdura	200g
	Arròs	60g en cru
	Pollastre	120g
	Oli	20cc
Berenar	Pa	50g
	logurt	1 unitat
Sopar	Sucre	1 sobre
	Patata bullida	150g
	Mongeta tendra bullida	200g
	Peix	150g
	Fruita	150g
	Oli	20cc
Pa	50g	

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Hipercaleòrica (17HC)

Contingut energètic 2500-2700Kcal amb la següent composició:

- Proteïnes: 18-22% del valor calòric total (VCT).
- Hidrats de carboni: 45-52% del VCT.
- Greixos: 30- 35% del VCT

Dieta hiperproteica i hipercaleòrica (17HC) Distribució diària		
Valor calòric: 2500kcal (120g proteïna). - proteïnes: 21%. - greixos: 31%. - hidrats de carboni: 48%.		
Esmorzar	Llet sencera i cafè Sucre Pa Pernil Oli	200cc 1 sobre 100g 40g 10cc
Dinar	Amanida variada Arròs Pollastre Fruita Pa Oli	200g 80g en cru 120g 150g 50g 20cc
Berenar	logurt Sucre Pa Pernil Oli	1 unitat 1 sobre 50g 30g 10cc
Sopar	Mongeta verda bullida Patata bullida Peix Fruita Pa Oli	150g 200g 150g 150g 50g 20cc
Ressopó	logurt Sucre Galetes	2 unitats 2 sobres 10 unitats

Dieta sense gluten (S/G)

Introducció:

El gluten està format per dues proteïnes (la glutenina i la gliadina) que es troben en el blat, l'ordi, la civada i el sègol, i en els aliments o additius que contenen aquests cereals. La intolerància al gluten o celíaquia és una malaltia intestinal crònica que provoca malabsorció degut a una alteració de la mucosa del duodè ocasionada per la gliadina. Per tant, la dieta d'aquests pacients ha d'ésser exempta de gluten.

Al diagnòstic poden presentar intolerància a la lactosa pel que també cal suprimir-la de la dieta.

Indicacions:

Celíaquia.

[Direcció de Qualitat i Planificació. Subcomissió de Dietes.](#)

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Característiques:

Dieta en la que s'exclouen els aliments que contenen gluten:

- Blat (*trigo*).
- Ordi (*cebada*).
- Civada (*avena*).
- Sègol (*centeno*).

Cereals que no contenen gluten:

- Arròs i els seus derivats.
- Blat de moro i els seus derivats.
- Tapioca.

Cal tenir en compte que molts aliments processats (llaunes, congelats, salses, embotits) i aliments precuinats contenen gluten com a additius. Cal seguir les recomanacions dels llistats de les marques d'aliments processats que ofereix anualment l'Associació de Celiacs de Catalunya.

Dietes de patologia digestiva

Dieta de fàcil digestió o protecció gàstrica (PG)

Introducció:

Té com a objectiu el facilitar el repòs de la vesícula biliar per tal d'evitar o reduir la clínica associada i l'aparició de complicacions i evitar la irritació gàstrica amb pacients amb patologia digestiva.

Dieta amb baix contingut de greixos i exempta d'aliments flatulents i àcids.

Indicacions:

Litiasi biliar simptomàtica.

Gastritis agudes (per irritant químic, físic o bacterià, o secundàries a situació d'estrès) i cròniques de causa immunològica o bacteriana.

Fase de remissió de úlcera pèptica.

Característiques:

Dieta normocalòrica amb un contingut de greixos inferior del 30% del VCT, amb limitació sobretot dels greixos animals, i exempta d'aliments flatulents.

Cal assegurar el contingut en fibra, 20-25g/dia, ja que l'estrenyiment pot empitjorar la clínica.

No s'aconsella beure grans quantitats de líquids durant els àpats per així evitar la distensió gàstrica excessiva. Per aquest motiu també es desaconsellen begudes carbonatades, excitants, àcides i alcohòliques.

Es necessari fraccionar la dieta en 5-6 ingestes per evitar àpats copiosos.

S'aconsellen cocccions sense oli o amb molt poca quantitat (bullits, planxa, forn, papillota). I es recomana donar pa torrat o torrades, que són de fàcil digestió.

Es pot donar truita a la francesa.

Aliments desaconsellats	
- Fruites àcides i sucès àcids.	- Salses, espècies, picants.
- Xocolata.	- Crema, flam.
- Carns grasses: xai, porc.	- Fruits oleaginosos.
- Parts grasses d'altres carns.	- Llet sencera, mantega, nata.
- Xarcuteria.	- Mantega per fregir o guisar.
- Peix blau i marisc.	- Pastissos i altres dolços.
- Formatges curats.	- Aliments flatulents.
- Verdures crues.	- Fregits, arrebossats.
- Tomàquet.	- Cafè i begudes estimulants

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Dieta de fàcil digestió o protecció gàstrica (PG) Distribució diària		
Valor calòric: 1700kcal. - proteïnes: 22%. - greixos: 29%. - hidrats de carboni: 49%. - fibra 20g.		
Esmorzar	Llet semidesnatada sola Sucre Torrades Formatge fresc	200cc 1 sobre 30g 40g
Dinar	Mongeta tendre bullida Patata bullida Pollastre Torrades Fruita no àcida (poma) Oli	200g 150g 100g 30g 150g 15cc
Berenar	logurt desnatat Sucre Galetes	1 unitat 1 sobre 5 unitats
Sopar	Sopa amb brou vegetal amb pasta en cru Verdura bullida Peix blanc Fruita no àcida (pera) Torrades Oli	45g 150g 125g 150g 30g 15cc
Ressopó	logurt desnatat Sucre	1 unitat 1 sobre

Dieta progressiva post-cirurgia esofàg-gàstrica (G)

Introducció:

Té com a objectiu alentar el buidament gàstric, reduir el trànsit intestinal, i controlar el volum i l'osmolaritat del contingut gàstric que arriba a duodè. La durada i el grau de restricció d'aquesta dieta depèn del tipus de cirurgia emprada, de les complicacions que presenti i és el cirurgià qui en pautarà la progressió.

L'alimentació cal adaptar-la en tot moment a l'evolució individual del pacient provant la tolerància a nous aliments amb la finalitat de que la dieta sigui el més variada i equilibrada possible.

Objectiu dietètic:

Aconseguir un bon estat nutricional i evitar i/o reduir la simptomatologia esofàgogàstrica.

Indicacions:

Gastrectomia parcial o total.
Vagotomies i piloroplasties.
Derivacions gastrointestinals.
Cirurgia del RGE i l'hèrnia hiatus i cirurgia esofàgica.

Protocol de Diètes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Estructura de la dieta post-intervenció:

Després de la dieta absoluta, s'inicia l'alimentació oral progressiva a petit volum, administrada a temperatura ambient, passant de la dieta hídrica directament a la semilíquida (amb poc volum) i acabant amb una dieta puré fraccionada en 6 ingestes al dia.

Característiques de la dieta G2 i G3 post-gastrectomia:

- Fraccionar la dieta en 6 àpats de petits volums.
- Es limita la ingesta total a 200-300cc per àpat. Es considera ½ ració de peix 60-70g, de carn 50-60g, 1 ou o 1/8 de pollastre.
- Evitar la ingesta de líquids durant els àpats (dieta seca), al menys 30 min abans o 2 hores després, per prevenir una excessiva distensió gàstrica així com un buidament gàstric ràpid.
- Cal que sigui una dieta de fàcil digestió incloent sobretot els aliments rics en hidrats de carboni complexos.
- Consumir els aliments o begudes a temperatura ambient.
- S'ha d'evitar els següents aliments:
 - o Aliments molt ensucrats: sucre, mel, xocolata, pastissos, dolços...
 - o Aliments grassos: fregits, arrebossats, nata, mantega, llet sencera i làctics sencers...
 - o Aliments flatulents: llegums senceres, col, col-i-flor, escarxofa...
 - o Aliments rics en fibra: arròs integral, pa integral, segó...
 - o Aliments àcids o molt condimentats.
 - o El cafè, els suc de fruita naturals i envasats.

Fases de la dieta post-cirurgia esofàg-gàstrica:



Dia 1 G1: aigua per verificar tolerància oral +

Esmorzar	1 iogurt desnatat o gelatina
Mig matí	1 iogurt desnatat o gelatina <i>(es serveix amb l'esmorzar)</i>
Dinar	200cc puré de verdures <i>(elaborat amb 50g de patata, 50g carbassó, 50g pastanaga, 50g mongeta verda + 10cc oli)</i> 100cc de compota de poma o pera
Berenar	1 iogurt desnatat o gelatina
Sopar:	200cc puré de verdures <i>(elaborat amb 50g de patata, 50g carbassó, 50g pastanaga, 50g mongeta verda + 10cc oli)</i> 100cc de compota de poma o pera
Ressopó	1 iogurt desnatat o gelatina <i>(es serveix amb el sopar)</i>

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Dia 2 G2: dieta textura modificada consistència puré i de fàcil digestió

Esmorzar	Farinetes de cereals (200ml de llet desnatada + 30g de producte)
Mig matí	1 iogurt desnatat o gelatina (es serveix amb l'esmorzar)
Dinar	200cc puré mixt de verdures + pollastre o peix (elaborat amb 50g de patata, 50g carbassó, 20g pastanaga, 20g mongeta verda + 50g de pollastre o 60g peix blanc + 10cc oli) 100cc de compota de fruita
Berenar	Farinetes de cereals (200ml de llet desnatada + 30g de producte)
Sopar:	200cc puré mixt de verdures amb ou (elaborat amb 50g de patata, 50g carbassó, 20g pastanaga, 20g mongeta verda + 1 ou + 10cc oli) 100cc de compota de fruita
Ressopó	1 iogurt desnatat o gelatina (es serveix amb el sopar)

Dia 3 G3: dieta textura modificada consistència xafable i de fàcil digestió

Esmorzar	Farinetes de cereals (200ml de llet desnatada + 30g de producte)
Mig matí	1 iogurt desnatat o gelatina (es serveix amb l'esmorzar)
Dinar	200cc puré de verdures (elaborat amb 50g de patata, 50g carbassó, 20g pastanaga, 20g mongeta verda+ 5cc oli) 50g de pollastre o 60g peix blanc + 5cc oli 1 poma al forn o 100 g compota de fruita
Berenar	Farinetes de cereals (200ml de llet desnatada + 30g de producte)
Sopar:	200cc puré de verdures (elaborat amb 50g de patata, 50g carbassó, 50g pastanaga, 50g mongeta verda + 5cc oli) fruita francesa (1ou) + 5cc oli 1 ració de préssec en almívar
Ressopó	1 iogurt desnatat o gelatina (es serveix amb el sopar)

Dieta post-gastrectomia (G4)

Introducció:

Té com a objectiu alentar el buidament gàstric, reduir el trànsit intestinal, controlar el volum i l'osmolaritat del contingut gàstric que arriba a duodè. La durada i el grau de restricció d'aquesta dieta depèn del tipus de cirurgia emprada i de les complicacions que presenti. L'alimentació cal adaptar-la en tot moment a l'evolució individual del pacient provant la tolerància a nous aliments amb la finalitat de que la dieta sigui el més variada i equilibrada possible.

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Indicacions:

Cirurgia gàstrica general.
Gastrectomia (parcial o total), Vagotomies i piloroplàsties.
Post-cirurgia bariàtrica.

Característiques:

Cal fraccionar la dieta en 6 àpats de petits volums, evitant la ingesta de líquids durant els àpats, al menys 30 min abans o 2 hores després, per prevenir una excessiva distensió gàstrica així com un buidament gàstric ràpid. Es limita la ingesta total a 150ml per àpat.

El cafè, els suc, les begudes carbonitzades no estarien indicades en aquesta dieta.

Cal que sigui una dieta de fàcil digestió incloent sobre tot els aliments rics en hidrats de carboni complexos, evitant sucre simples, aliments grassos (com la llet semidesnatada o sencera), flatulents, rics en fibra, àcids o molt condimentats. Millor utilitzar pa torrat o torrades, ja que són de més fàcil digestió.

S'aconsellen tècniques culinàries senzilles que incorporen poc greix.

Es considera ½ ració de peix 60-70g, de carn 50-60g, 1 ou o 1/8 de pollastre.

Dieta post-gastrectomia (G4) Distribució diària		
Valor calòric: 1700kcal. - proteïnes: 16%. - greixos: 36%. - hidrats de carboni: 47%. - fibra 12g.		
Esmorzar	Torrades Formatge fresc logurt desnatat	30g 40g 1 unitat
Mig matí	Torrades Pernil cuit	30g 30g
Dinar	Arròs bullit Pollastre Oli Torrades Plàtan petit madur	30g en cru ½ ració: 50g 15cc 15g 100g
Berenar	Torrades Pit de Gall d'indi cuit logurt desnatat	30g 30g 1 unitat
Sopar	Patata Peix Oli Torrades Compota de fruita	100g ½ ració: 60g 15cc 30g 100g
Ressopó	logurt desnatat Galetes	1 unitat 5 unitats

Dietes controlades en greixos

Dieta cardiosaludable (B0)

Introducció:

Es tracta d'una dieta amb un contingut reduït de greixos saturats i colesterol.

La dieta basal compleix aquestes característiques (mirar [dieta Basal](#)).

Direcció de Qualitat i Planificació. Subcomissió de Dietes.

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



***Degut a la similitud amb la dieta basal i per tal de simplificar les tasques de cuina s'utilitzarà la mateixa dieta.**

Indicacions:

Dislipèmia severa.
Macroangiopatia.

Dieta Exempta en greixos (13BG)

Introducció:

En general els greixos dels aliments estan constituïts per triglicèrids de cadena llarga que precisen d'una hidròlisi intraluminal per part de la lipasa pancreàtica per a poder ésser absorbits. Els triglicèrids de cadena mitja (MCT) s'hidrolitzen més fàcil i ràpidament, no precisen de sals biliars per la seva absorció i es transporten a través del sistema venós portal en forma d'àcids grassos lliures units a l'albumina de manera que per la seva oxidació no precisen de la lipoproteinlipasa, ni de la carnitina per el seu transport a l'interior de la mitocondria.

Indicacions:

Insuficiència pancreàtica (pancreatitis, fibrosi quística, càncer de pàncreas i pancreatectomies) quan l'administració d'enzims pancreàtics no sigui suficient.

Derivacions biliars externes.

Malabsorció (celiaquia, limfoma intestinal, amiloidosi, enteritis ràdica, malaltia de crohn, reseccions intestinals de més de 100cm).

Característiques:

Dieta en la que es limita la ingesta de greixos al 20-25%. De manera que cal suprimir de la dieta les carns greixoses i els seus derivats (porc, embotit, xai), peix blau, els làctics sencers, els greixos (mantega, margarina, crema de llet, oli) així com les preparacions culinàries que precisin gran quantitat de greix (per exemple fregits).

Com a resultat de la restricció lipídica s'augmenta la quantitat d'hidrats de carboni. Si es precisa més aport proteic cal incorporar a la dieta làctics desnatats, clara d'ou, llegums.

Quan l'esteatorrea superi els 20g/dia cal pensar en la suplementació de vitamines liposolubles i utilitzar **olis MCT que cal prescriure i demanar a la farmàcia del hospital.**

Grup d'aliment	Permès	No permès
Làctics	Llet desnatada, iogurt desnatat o formatge fresc 0%	Llet sencera, iogurt sencer, crema de llet o altres formatges
Fruita	Totes excepte les no permeses	Olives, coco, avocat, fruits secs grassos, llet ametlles, xocolata.
Verdura	Totes	
Llegums	Totes	
Farines i Cereals	Pasta alimentícia, arròs, pa, torradetes, patata	Galetes, productes de pastisseria
Carn	Tendra (filet de vedella, gall d'indi, pollastre)	Embotits, carns greixoses
Peix	Blanc	Peix blau, marisc
Ous	Clars: bullides, truita	Rovell: fregits, remenats
Greixos	Limitar a 2 racions al dia: Oli i Margarina Oli MCT	
Coccions	Bullit, papillote, forn, vapor	Fregits, rostits, arrebossats

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Dieta Exempta en greixos (13BG) Distribució diària		
Valor calòric: 1800kcal. - proteïnes: 17%. - greixos: 17%. - hidrats de carboni: 66%. - fibra 21g.		
Esmorzar	Llet desnatada* Sucre Melmelada Pa	200cc 1 sobre 20g 50g
Dinar	Pasta alimentària Pollastre Patata Fruita Pa Oli MCT**	45g 120g 100g 200g 50g 20g
Berenar	Iogurt desnatat Sucre Torrades	1 unitat 1 sobre 30g
Sopar	Patata bullida Verdura cuïta Truita de clara d'ou Arròs Fruita Pa Oli MCT**	150g 150g 80g 45g en cru 200g 50g 20g
Ressopó	Iogurt desnatat Sucre	1 unitat 1 sobre

* a valorar en pacients amb budell curt, la llet sense lactosa

** cal demanar a farmàcia

Dietes modificades en hidrats de carboni

Dieta sense lactosa (S/L)

Introducció:

És una dieta en la que es suprimeix l'aport de lactosa.

Cal individualitzar la dieta, ja que la tolerància de cada individu és molt variable.

Es convenient repartir els aliments amb lactosa al llarg del dia, ja que s'ha observat que en general es toleren 7g de lactosa per presa (120cc de llet), i d'aquesta manera es pot assegurar una ingesta adequada de calci.

Indicacions:

Intolerància a la lactosa.

Característiques:

Es suprimeix aquest disacàrid de la dieta mantenint un aport adequat tant d'energia, com de proteïnes i de calci.

Es recomanar substituir els productes làctics per preparats làctics sense lactosa (llet, iogurts, etc..)

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Cal excloure els aliments que continguin lactosa com a ingredient: pa de motlle, cereals de l'esmorzar, pastisseria, sopes, salses, embotits, etc...

Dieta controlada en hidrats de carboni (D)

Introducció:

En aquest apartat s'inclouen diversos tipus de dietes de diferent contingut en energia per tal d'adequar-se millor a les necessitats de cada pacient. Aquesta dieta té com a objectiu el mantenir l'equilibri metabòlic el més pròxim possible a la normalitat, assegurant un bon estat nutritiu, evitant tan com sigui possible les oscil·lacions de la glucèmia i minvar el risc d'aparició de descompensacions agudes i manifestacions tardanes de la diabetis.

Indicacions:

Diabetis mellitus.

Característiques:

Es tracta d'una dieta equilibrada amb un aport energètic variable que depèn de les necessitats de cada individu i de si es precisa o no de reducció calòrica per la coexistència d'obesitat i/o sobrepès.

Es disposen de dietes controlades en hidrats de carboni de: 1000, 1200, 1500, 1800, 2000 i 2500Kcal.

El 50-55% del VCT l'aportaran els hidrats de carboni, el 30-35% els lípids i entre 15-20% les proteïnes.

El contingut de sal serà inferior a 6g dia i la quantitat de fibra de 20g al dia.

La característica d'aquesta dieta es la quantificació dels hidrats de carboni de la dieta i la seva repartició al llarg del dia, així com la restricció al 15% del VCT dels hidrats de carboni simples.

En general es repartirà la ingesta en 5 àpats: esmorzar, dinar, berenar, sopar i ressupò. La quantitat de hidrats de carboni en cada àpat serà de 20-25% en l'esmorzar, del 30-35% en el dinar i sopar, i del 5-10% en el berenar i ressupò.

Per tal de quantificar correctament els hidrats de carboni i el contingut calòric de la dieta s'utilitza la ració.

Entenent com a ració de hidrats de carboni la quantitat d'aliment (llet, fruita, farines i verdures) que aporten 10g de hidrats de carboni. Entenent com a ració de proteïnes la quantitat d'aliment d'aquest grup que en conté 10g, i com a ració de greixos la quantitat d'aliment d'aquest grup que aporta 10g.

QUANTITAT D'ALIMENT DE RACIÓ
(1 ració de hidrats de carboni = 10g de hidrats de carboni, 10g de proteïnes i 10g de greixos)

<p>LLET (100-120) 200ml de llet = 1 ració de llet</p>	<p>GRASSEJES (24-34g) 1 r. llet d'oli "travessat" 10 g mantega*, margarina* 50 g oli 50 g mantega cremada 10 g margarina</p>
<p>FARINES (100-140) 50 g pasta seca 20 g patates cruïlles 20 g fregida frita, fregida 20 g pa, panissets 20 g paletes, croquetes, etc. 10 g arròs, sarró, sarró 10 g pat. de llegum (cigrons, fava, quiput, etc.) 1 g pat. de llegum (cigrons, fava, quiput, etc.)</p>	<p>ALIMENTS FITOTERS (10-15g) 50 g patates coc., patates coc., patates coc., patates coc. 20 g pat. blava, "llet de patata" 10 g patates 20 g arròs, sarró, sarró 10 g pat. de llegum (cigrons, fava, quiput, etc.)</p>
<p>FRUITA (100-140) 100 g melo a trossos, maduixa, taronja, mandarina, llimona, fruita, pinyó, etc. 50 g patata, patata, patata, patata, etc.</p>	<p>VERDURES (10-140) 200 g patata, carotí, etc. (patata, carotí, etc.) 100 g patata, carotí, etc. (patata, carotí, etc.) 100 g patata, carotí, etc. (patata, carotí, etc.) 100 g patata, carotí, etc. (patata, carotí, etc.)</p>
<p>Polmes en col·lecció: - Acordar amb el metge sobre el tipus de polmes. - Acordar amb el metge sobre el tipus de polmes. - Evitar la lactosa i el gluten. - Evitar la lactosa i el gluten.</p>	<p>Si ha de menjar sopes del barri de dietes: - Evitar la lactosa i el gluten. - Evitar la lactosa i el gluten. - Evitar la lactosa i el gluten. - Evitar la lactosa i el gluten.</p>



Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Dietes controlades en hidrats de carboni

1000Kcal repartida en 5 preses		
Distribució diària		
Valor calòric: 1000kcal. - hidrats de carboni 48%		
- proteïnes 25% - fibra 18g.		
- greixos 29%.		
Esmorzar	Llet desnatada Edulcorant acalòric Pa Melmelada light	200cc 1 sobre 20g 20g
Dinar	Mongeta tendra Patata Pollastre Fruita Oli	150g 100g 100g 150g 10g
Berenar	logurt desnatat Edulcorant acalòric	1 unitat 1 sobre
Sopar	Sopa amb pasta Peix Verdures al vapor Fruita Oli	30g cru 125g 150g 150g 10g
Ressopó	logurt desnatat Edulcorant acalòric	1 unitat 1 sobre

1200Kcal repartida en 5 preses		
Distribució diària		
Valor calòric: 1200kcal. - hidrats de carboni 41%.		
- proteïnes 24% - fibra 19g.		
- greixos 35%.		
Esmorzar	Llet desnatada Edulcorant acalòric Pa Formatge desnatat Oli	200cc 1 sobre 20g 15g 10g
Dinar	Mongeta tendra Patata Pollastre Fruita Pa Oli	150g 100g 100g 150g 20g 10g
Berenar	logurt desnatat Edulcorant acalòric	1 unitat 1 sobre
Sopar	Sopa amb pasta Peix Verdures Fruita Pa Oli	30g en cru 125g 150g 150g 20g 10g
Ressopó	logurt desnatat Edulcorant acalòric	1 unitat 1 sobre



Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



1500Kcal repartida en 5 preses		
Distribució diària		
Valor calòric: 1500kcal. - hidrats de carboni 47%. - proteïnes 22%. - fibra 24g. - greixos 31%.		
Esmorzar	Llet semidesnatada Edulcorant acalòric Pa Formatge desnatat Oli	200cc 1 sobre 50g 30g 10g
Dinar	Mongeta tendra Patata Pollastre Fruita Pa Oli	150g 150g 100g 150g 50g 10g
Berenar	logurt desnatat Edulcorant acalòric	1 unitat 1 sobre
Sopar	Sopa amb pasta Peix Verdures Fruita Pa Oli	45g en cru 125g 150g 150g 50g 10g
Ressopó	logurt desnatat Edulcorant acalòric	1 unitat 1 sobre



Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



1800Kcal repartida en 5 preses		
Distribució diària		
Valor calòric: 1800kcal. - hidrats de carboni 52%. - proteïnes 20%. - fibra 28g. - greixos 28%.		
Esmorzar	Llet semidesnatada Edulcorant acalòric Pa Formatge Oli	200cc 1 sobre 50g 30g 10g
Dinar	Mongeta tendra Patata Pollastre Fruita Pa Oli	150g 200g 150g 200g 50g 10g
Berenar	logurt desnatat Edulcorant acalòric Torrades	1 unitat 1 sobre 30g (2 uni)
Sopar	Sopa amb pasta Peix Verdures Patates Fruita Pa Oli	45g en cru 180g 150g 50g 200g 50g 10g
Ressopó	logurt desnatat Edulcorant acalòric	1 unitat 1 sobre



Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



2000Kcal repartida en 5 preses Distribució diària		
Valor calòric: 2000kcal. - hidrats de carboni 48%. - proteïnes 21%. - fibra 28g. - greixos 31%.		
Esmorzar	Llet semidesnatada Edulcorant acalòric Pa Formatge Oli	200cc 1 sobre 50g 30g 10g
Dinar	Mongeta tendra Patata Pollastre Fruita Pa Oli	150g 200g 150g 200g 50g 10g
Berenar	logurt desnatat Edulcorant acalòric Pa Pemil Oli	1 unitat 1 sobre 50g 30g 10g
Sopar	Sopa amb pasta Peix Verdures Patates Fruita Pa Oli	60g en cru 180g 150g 50g 200g 50g 10g
Ressopó	logurt desnatat Edulcorant acalòric Galletes Maria	1 unitat 1 sobre 5 unitats

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



2500Kcal repartida en 5 preses Distribució diària		
Valor calòric: 2500kcal. - hidrats de carboni 47% - proteïnes 18%. - fibra 30g. - greixos 35%.		
Esmorzar	Llet semidesnatada Edulcorant acalòric Pa Formatge Oli	200cc 1 sobre 100g 30g 10g
Dinar	Mongeta tendra Patata Pollastre Arròs Fruita Pa Oli	150g 200g 150g 30g en cru 200g 50g 20g
Berenar	logurt desnatat Edulcorant acalòric Pa Pernil Oli	1 unitat 1 sobre 50g 30g 10g
Sopar	Sopa amb pasta Peix Verdures Patates Fruita Pa Oli	80g en cru 180g 150g 100g 200g 50g 20g
Ressopó	logurt desnatat Edulcorant acalòric Galetes Maria	1 unitat 1 sobre 5 unitats

Dieta controlada en hidrats de carboni a ritme de 6 hores (D6)

Introducció:

És una dieta de fàcil digestió, rica en líquids i en hidrats de carboni, administrats en 6 àpats.

Abans d'indicar aquesta dieta ens hem d'assegurar que el pacient toleri els líquids.

Aquesta dieta s'ha d'ampliar tant bon punt com l'estat del pacient ho permeti, ja que és insuficient en la seva aportació de nutrients. S' aconsella no mantenir aquesta dieta durant més de 48 hores.

Indicacions:

Pacients diabètics que han estat sotmesos a intervencions quirúrgiques.

Pacients diabètics sortint d'una "cetoacidosi".

Estats de "cetosi" diabètica.

Característiques:

És una dieta que aporta unes 1800-1800kcal, de les quals 800 són aportades pels H.C. (200g).

S'administren 40g d'hidrats de carboni, cada 6 hores, coincidint amb l'administració d'insulina ràpida, i 10g d'H.C. 3 hores després de cada dosi d'insulina.

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Distribució diària		
Horari	Aliment	Racions
6.00h	200cc llet desnatada 45g torrades (6 unitats)	1 R làctics 3 R farinacis
9.00h	200cc llet desnatada	1 R làctics
12.00h	brou vegetal + 30g de sèmola en cru 200cc suc de taronja	2 R farinacis 2 R fruita
15.00h	200cc llet desnatada o 2 iogurts	1 R llet
18.00h	brou vegetal + 30g de sèmola en cru 200cc suc de taronja	2 R farinacis 2 R fruita
21.00h	200cc llet desnatada o 2 iogurts	1 R llet
24.00h	200cc llet desnatada 45g de torrades (6 unitats)	1 R llet 3 R farinacis
3.00h	200cc llet desnatada o 2 iogurts	1 R làctics

Dieta amb contingut variable de sodi i potassi

Dieta hiposòdica lleu (S/S)

Introducció:

Es tracta d'una dieta que aporta entre 1500-2000mg de sodi al dia (65-90mEq/dia).

Indicacions:

Cirrosi amb asciti lleu.
HTA.
Insuficiència cardíaca.
Malalties renals excepte la nefropatia perdedora de sal.
Insuficiència renal en fase oligúrica.
Hemodiàlisi.
Tractaments perllongats amb corticoïdes.

Característiques:

Dieta normocalòrica en la que no s'afegeix sal de cuina o taula ni els següents aliments rics en sodi:

- Carns salades, curades o fumades.
- Peix fumat o salat com bacallà, seitó, anxoves.
- Marisc i crustacis.
- Embotits i xarcuteria, formatges en general.
- Pa i Torrades amb sal.
- Olives.
- Sopes de sobre, purés instantanis, concentrats càrmics.
- Suc d'hortalisses envasats.
- Fruits secs grassos salats.
- Pastisseria industrial.
- Mantega o margarina amb sal.
- Begudes gasoses en general, condiments salats.
- Conserves en general.



Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Dieta amb baix contingut de potassi

Introducció:

L'objectiu d'aquesta dieta es controlar i prevenir les possibles alteracions metabòliques associades a la IRC, reduint l'aport de potassi a través de l'alimentació.

Indicacions:

Insuficiència renal sense necessitat de restricció proteica i amb hiperpotassemia.

Característiques:

Dieta normocalòrica normoproteica amb restricció de potassi, sodi i fòsfor.

Tècniques culinàries

Les verdures, hortalisses i tubercles precisen un remull anterior i tallades a trossos petits varies hores abans de cuinar-se. Les verdures s'han de sotmetre a una doble cocció.

No es pot utilitzar els brous vegetals en cap preparació culinària.

La fruita cuita necessita doble cocció.

El pa sempre serà sense sal.

Grup d'aliment	Permès	No permès
Làctics	Llet i iogurt natural formatge fresc sense sal	iogurt sencer amb fruita altres formatges
Fruita	Fruita cuita en doble cocció	Fruita fresca i suc de fruita
Verdura	Remull anterior o doble cocció	Verdura crua, suc tomàquet, brou verdura, gazpatxo
Llegums		Totes
Farines i Cereals	Pasta alimentícia, arròs, pa sense sal, torradetes sense sal, patata en doble cocció	Galetes, productes de pastisseria Pa i torrades integrals
Carn	Tendra (filet de vedella, gall d'indi, pollastre)	Embotits, carns greixoses
Peix	Blanc i blau	Marisc
Ous	Tot	
Coccions	Bullit, planxa, estofat, fregit.	Papillote, vapor, a olla pressió

Per demanar aquesta dieta a Savac, s'ha d'especificar a les observacions al pacient.



Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Dietes hipocalòriques

Introducció:

Es tracta d'una dieta equilibrada controlada en el contingut energètic.

No s'aconsellen dietes de menys de 1000kcal elaborades a partir d'aliments convencionals ja que presenten deficiències en vitamines i minerals.

Indicacions:

Obesitat.

Sobrepès.

Característiques:

S'accepta que la pèrdua de pes idònia es de 0.5-1 kg/setmana. El grau de restricció calòrica necessària per assolir aquest objectiu es de 500-1000kcal/dia.

Es proposa la fórmula modificada de Miffling per a calcular de manera més precisa l'energia a prescriure:

Amb aquesta fórmula es calculen les despeses energètiques basals (DEB):

Homes: $DEB = [10 \times pes \text{ (kg)}] + [6.25 \times talla \text{ (cm)}] - 5 \times edat \text{ (anys)} + 5$

Dones: $DEB = [10 \times pes \text{ (kg)}] + [6.25 \times talla \text{ (cm)}] - 5 \times edat \text{ (anys)} - 161$

Per calcular les despeses energètiques diàries cal multiplicar les DEB pel factor d'activitat física. Ja que es tracta de pacients ingressats s'aconsella multiplicar per 1.2 o 1.3. Després cal fer la restricció calòrica que es cregui oportuna.

- *Degut a les similituds amb les dietes per a diabètics i per tal de simplificar les tasques de cuina s'utilitzaran les mateixes dietes.*
- *No s'aconsella prescriure una dieta inferior a 1500 Kcal ingressats.*

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Dietes alternatives

Dieta ovo-lacto-vegetariana (BV)

Introducció:

Es tracta d'una dieta vegetariana en la que s'inclouen llet i derivats i ous.

Indicacions:

Ovo-lacto-vegetarians.

Característiques:

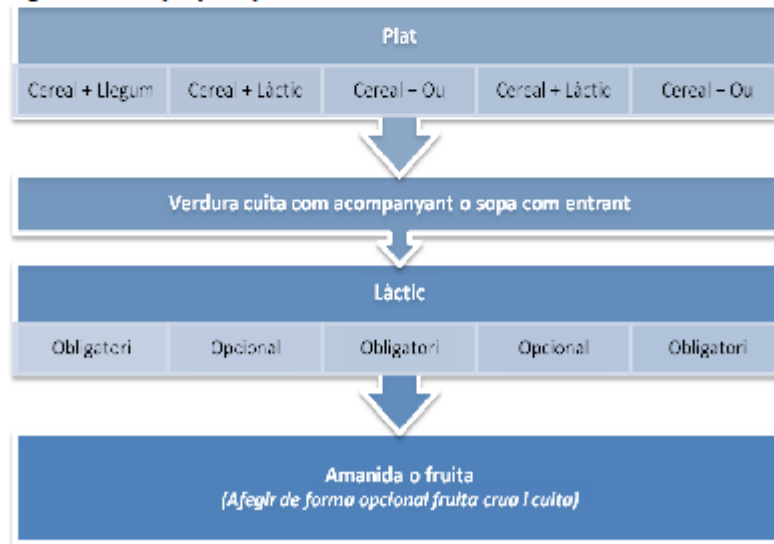
Dieta normocalòrica en la que s'exclouen els aliments d'origen animal com la carn, el peix i els seus derivats.

Per obtenir un aport adequat en aminoàcids essencials cal administrar en un mateix àpat cereals i llegums, cereals i fruits secs o cereals i làctics, etc.

Substitució d'aliments:

- Cereals refinats: cereals integrals.
- Arròs, pastes: cereals integrals i muesli.
- Embotits i patés: proteïnes vegetals texturitzades i patés vegetals.
- Salses convencionals: salses a partir de soja, algues.
- Cafè: cereals, achicoria, té i altres infusions.
- Cacaú: algarroba, amaske.

Esquema general d'un àpat principal





Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Dieta sense carn (M)

Introducció:

Degut a les creences de la població musulmana, l'alimentació adquireix unes certes peculiaritats com són la prohibició de l'alcohol, el porc i la sang.

Indicacions:

Musulmans practicants.

Característiques:

Dieta que no aporta aliments carnis ja que per dificultats tècniques i logístiques, no es podrà garantir que les carns, tant d'aus com de mamífers, seran sacrificades segons el mètode *Halal*.

Protocol de Diètes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Diètes amb finalitats exploratòries

Dieta de preparació per el Test de Tolerància Oral a la Glucosa (TTOG)

Introducció:

Per evitar els falsos diagnòstics és imprescindible que uns dies abans el pacient realitzi una dieta amb un mínim de hidrats de carboni al dia amb l'objectiu de produir una secreció adequada de insulina, prèvia a la realització de la prova.

Indicacions:

Diagnòstic de diabetis mellitus en pacients amb glucèmia basal alterada (glucèmia entre 100 i 126mg/dl).

Característiques:

Es tracta d'una dieta normocalòrica i que els tres dies prèvia a la prova cal assegurar un mínim de 200g de hidrats de carboni al dia.

TEST TOLERANCIA ORAL GLUCOSA (TTOG) (220g en carbohidrats)	
Esmorzar	1 got de llet o 2 iogurts naturals amb o sense sucre. 60g de pa o 45g de torrades. 40g de formatge o pemil.
Dinar	1 plat de verdura cuita o amanida. 200g de patata, arròs o pasta o llegums cuits. 40g de pa. 200g de fruita. 100g de carn o 160g de peix.
Berenar	200cc de llet o 2 iogurts naturals amb o sense sucre. 4-5 galetes tipus Maria.
Sopar	1 plat de verdura cuita o amanida. 200g de patata, arròs o patata o llegums cuits. 40g de pa. 200g de fruita. 100g de carn o 160g de peix.
Ressopó	1 got de llet amb o sense sucre.

NOTA: TOT el que està marcat, s'ha de PESAR EXACTE!!!

OBSERVACIONS:

- Aquesta dieta s'haurà de seguir els tres dies anteriors al test de tolerància oral glucosa (TTOG).
- Pot utilitzar qualsevol mètode de cocció per preparar els aliments.
- Begui aigua amb o sense gas segons la sed que tingui. Si acostuma a beure alcohol, en pot prendre una quantitat moderada (150cc de vi o una cervesa en tot el dia).

NORMES PER A LA PRÀCTICA DEL TEST DE TOLERÀNCIA ORAL A LA GLUCOSA.

- Els tres dies anterior a la prova, haurà de realitzar la dieta que li adjuntem.
- El dia que li hagin de fer la prova, no prendrà cap aliment líquid ni sòlid, des del ressopó (a les 10h del vespre). El mateix dia al matí, vagi al laboratori, sense haver fet cap esforç. **No fumi.**
- Un cop finalitzada la prova, pot seguir el mateix ritme de vida i d'alimentació habituals.

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Dieta per a la determinació de l'àcid 5 hidroxiindolacètic (5HO)

Introducció:

Té com a objectiu evitar al màxim els falsos negatius i positius exclouen els aliments que poden ocasionar interferència.

Indicació:

Determinació d'àcid 5 hidroxiindolacètic.

Característiques:

Es tracta d'una dieta basal en la que cinc dies abans i durant la recollida de l'orina de 24 hores cal suprimir els aliments següents de la dieta:

- Fruits secs grassos.
- Pinya, plàtan, kiwi, papaia, alvocat, pruna.
- Tomàquet i albergínia.
- Alcohol.
- Infusions, té i cafè.
- Dolços i la xocolata.
- Caramels.

Dieta per a la determinació de catecolamines i àcid vanilmandèlic (CATECOL)

Introducció:

Aquesta dieta té com a objectiu evitar l'alteració del resultat de les catecolamines com a conseqüència de interferències alimentàries.

Indicacions:

Sospita de feocromocitoma.

Característiques:

Els 3-4 dies previs a la prova i durant la recollida d'orina de 24hores cal excloure de la dieta:

- Plàtans, pinya, prunes i fruites cítriques.
- Nous.
- Alvocats.
- Albergínia.
- Formatges.
- Vainilla i productes que en puguin tenir (gelats, galetes, flams, cremes catalanes).
- Cafè i té.
- Cacau, xocolata.
- Begudes a base de cola i alcohol.



Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Altres dietes especials

Dieta picnic (PN)

Introducció:

Dieta específica que s'utilitza en:

- el període postpart a les pacients que arriben a la planta d'hospitalització després de sala de parts.
- Durant les primeres hores d'estar a Urgències sempre que no s'hagi pogut demanar la dieta adient per Savac.

Indicacions:

Postpart, 1eres hores a Urgències

Característiques:

Aquesta dieta consta dels següents aliments:

- *Sopa amb pasta petita.*
- *Entrepà de pa de motlle amb formatge.*
- *1 suc de fruita envasat.*
- *1 iogurt natural.*

Protocol de Diètes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Dieta post amigdalectomia (1FR)

Introducció:

Es tracta d'una dieta de textura modificada, al inici líquida i que la consistència progressarà al llarg dels dies. L'altra característica és que al inici els aliments s'han d'administrar freds.

Indicacions:

Pacients post amigdalectomia.

Característiques

Aquesta dieta indica aliments per menjar i beure que no li perjudicaran la gola. Al inici els aliments seran líquids, posteriorment seran tous per tal de facilitar-ne la deglució.

Els aliments i líquids han de ser:

- Suaus i sense grumolls: utilitzeu una liquidadora per convertir en puré.
- Freds o tebis, no calents.

Eviteu:

- Els aliments àcids.
- Begudes amb gas
- Els aliments aspres que puguin raspar la gola.

Recomanacions

- Fraccionar la dieta en 8 àpats de petits volums.
- A partir del 5e dia es pot introduir de manera progressiva altres aliments evitant el pa, la pastisseria seca i el puré de patata, que s'introduiran a partir del dècim dia.

Progressió de la dieta:



1FR - Dia 1: aigua per verificar tolerància oral +

Àpats	1FR	1FR - Diabètica
Esmorzar	llet FREDA + sucre	llet FREDA + edulcorant
Mig matí	Suc de poma	Suc de poma
Dinar	Brou vegetal o d'au FRED + suc de poma	Brou vegetal o d'au FRED + suc de poma
Berenar	Suc de poma	Suc de poma
Sopar	Brou vegetal o d'au FRED + suc de poma	Brou vegetal o d'au FRED + suc de poma
Ressopó	Infusió FREDA o llet freda + sucre	Infusió FREDA o llet freda + edulcorant



Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



2FR - Dia 2 i 3:

Apats	2FR	2FR - Diabètica
Esmorzar	Llet FREDA	Llet FREDA + edulcorant
Mig matí	Suc de poma	Suc de poma
Dinar	<ul style="list-style-type: none"> Puré de verdures FRED flam FRED o gelat 	<ul style="list-style-type: none"> Puré de verdures FRED iogurt FRED
Berenar	iogurt FRED	iogurt FRED + edulcorant
Sopar	<ul style="list-style-type: none"> Puré de verdures FRED iogurt FRED 	<ul style="list-style-type: none"> Puré de verdures FRED iogurt FRED
Ressopó	Llet FREDA + sucre	Llet FREDA + edulcorant

3FR - Dia 4 i 5:

Apats	3FR	3FR - Diabètica
Esmorzar	Llet FREDA + sucre	Llet FREDA + edulcorant
Mig matí	Suc de poma	Suc de poma
Dinar	<ul style="list-style-type: none"> Sopa amb pasta petita FREDA o Puré de verdures FRED Pollastre o peix bullit o truita francesa compota de fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Sopa amb pasta petita FREDA o Puré de verdures FRED Pollastre o peix bullit o truita francesa compota de fruita
Berenar	1 iogurt FRED + sucre	1 iogurt FRED + edulcorant
Sopar	<ul style="list-style-type: none"> Sopa amb pasta FREDA o Puré de verdures FRED Pollastre o peix bullit o truita francesa compota de fruita 	<ul style="list-style-type: none"> Sopa amb pasta FREDA o Puré de verdures FRED Pollastre o peix bullit o truita francesa compota de fruita
Ressopó	Llet FREDA + sucre	Llet FREDA + edulcorant

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Dieta restrictiva en tiramina - Inhibidors de la monoaminooxidases (IMAO)

Introducció:

La tiramina és una amina biògena derivada del aminoàcid tirosina. Es considera responsable d'efectes adversos greus (cefalees, crisi HTA, mareig, palpitations, dolor toràcic...) en pacients que segueixen tractament amb antidepressius de la família dels inhibidors de la monoaminooxidasa i la interacció amb la tiramina. Per aquest motiu se'n aconsella la restricció.

S'aconsella mantenir la dieta fins a 3 setmanes després d'haver finalitzat el tractament.

Indicacions:

Tractament amb inhibidors de les monoamines oxidases (IMAO).
Migranyes.

Característiques:

Es caracteritza per suprimir de la dieta els aliments rics en tiramina:

Grup d'aliments	Aliments NO Permesos
Làctics	Formatges curats i/o fermentats (blau, rocafort, parmesà, gruyère, gorgonzola, mozzarella, gouda...) i tots els derivats que continguin aquests formatges, com algunes sales.
Peix	Fumats, dessecats o escabestrats com salmó fumat, bacallà, seitó en vinagre, anxoves, tonyina en conserva, caviar i altres ous de peix...
Carne i Embotits	Fetge de pollastre o vedella, carne de caça, salami, peperoni, foie-gras, paté, extractes de carne.
Salses	Les fermentades: de soja, formatge, iogurt, etc...
Vegetals	Faves, fermentats com les cols o chucrut, soja fermentada o tofu, miso
Fruites	Plàtan molt madur, advocat, fruita dessecada com les panses, dàtils, figues.
Feculents	Tots estan permesos
Fruites secs greixosos	Avellanes, nous, etc...
Potenciadors del sabor	Pastilles de brou i glutamat monosòdic
Llevats	Llevat de cervesa i altres aliments que en continguin, glutamat monosòdic (potenciadors del sabor i extractes de carne).
Begudes amb cafeïna	Cafè, te, refresc de cola
Xocolata	Xocolata i productes elaborats amb xocolata cal restringir a 30g al dia
Alcohol	Qualsevol beguda alcohòlica: vi, cervesa, cava, destil·lats...

Protocol de Diètes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Diètes infantils

- Període de lactància (4-6 mesos).
- Període transicional (fins a l'any d'edat. S'introdueix el beikost).
- Període d'adult modificat (des de l'any fins als 7-8 anys), que es caracteritza per 3 etapes:
 - o alimentació 1-3 anys.
 - o alimentació escolar.
 - o alimentació adolescent.

Alimentació del lactant

Introducció:

Beikost: Aliments que rep el lactant, diferent de la llet (tant materna com de fórmula) durant el primer any de vida. Es tracta d'un període d'adaptació a nous aliments.

Característiques:

Energia (Variable en funció de l'edat):

- 550kcal/dia (1er mes).
- 765kcal/dia (fins al 6è mes).
- 1.050kcal/dia (fins a l'any).
- En general 95-120kcal/Kg/dia (Lactant).

Macronutrients (a partir dels 6 mesos):

- Proteïnes: 15% energia.
- Greixos : Els primers 6 mesos (50% energia). Posteriorment igual que els adults 30-35%.
- Hidrats de carboni: 50% de l'energia.

Introducció alimentació complementària:

S'ha de realitzar de forma progressiva. En general es recomana la seva introducció cap als 6 mesos en lactants alimentats amb lactància materna exclusiva i entre 4-6 mesos els lactants alimentats amb fórmula.

Aliments \ mesos	1m	2m	3m	4m	5m	6m	7m	8m	9m	10m	11m	12m
Cereals sense gluten												
Cereals amb gluten												
Suc de fruita natural												
Fruita												
Verdures i patata												
Pollastre i gall d'indi												
Vedella i bou												
Carn de porc												
Pernil cuit o "dolç"												
Llegums												
Peix blanc												
Rovell d'ou												
Clara d'ou												



Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Consideracions de la dieta durant el primer any de vida

- La Lactància materna EXCLUSIVA ho pot ser fins als 6 mesos.
- La llet materna o les fórmules de llet artificials, han de continuar formant part de la dieta del nen conjuntament amb els aliments complementaris.
- La introducció de la llet de vaca no es recomana fins a partir de l'any de vida, i en els nens i menús infantils (1 a 3 anys) s'utilitza la llet sencera fins a l'edat adulta.
- La quantitat de llet a administrar per presa no hauria d'excedir els 250cc per presa ni hauria de ser superior als 900cc al dia.
- No hi ha cap raó que indiqui començar per papilles de fruita, cereals i verdura amb carn. Es pot començar en l'ordre que es vulgui a partir dels 4-6 mesos.
- La fruita es comença amb: Plàtan madur, ½ poma, ½ pera, 1 taronja (suc o sencera). I després es pot anar introduint més quantitat i més tipus de fruit, com són la mandarina i la pruna.
- La verdura es pot començar amb patata (50g), mongeta verda (40g) pastanaga (40g), juntament amb el brou de la cocció de les verdures, i afegir 40g de pollastre bullit, la vedella es pot introduir més tard (al començament, anar augmentant l'aport de proteïnes animals de forma progressiva). No afegir sal i posar unes gotes d'oli d'oliva a la papilla de verdures i carn).
- La quantitat de carn s'augmenta de 10g cada mes des dels 6 mesos. Als 6 mesos de 40-60g, als 7 mesos 70g. Fins a un màxim de 80g/1er any.
- Quan es comença l'ou, es comença per rovell cuit (bullit) i més tard la clara d'ou.
- El peix, l'ou i les llegums s'introdueixen al final del primer any de vida per la possibilitat de reaccions al·lèrgiques. Es recomanen 2 ous per setmana.
- Primer s'introdueix el peix blanc (lluç, bacallà, rap, llenguado...) inicialment a la preparació de verdures i posteriorment a partir de l'any de vida, anirem introduint el peix blau (salmó, tonyina, sardines, verat...)
- No es recomana afegir sal a l'hora de preparar els aliments per lactants i per a nens amb edat inferior a 3 anys.
- A partir del primer any, es comença a variar la textura dels aliments, passant de triturats a aliments semisòlids o tous, com per exemple, s'introdueix la pasta fina i petita a la sopa, els llegums cuits i també es comencen a donar altres verdures com els espinacs. A més, segons la demanda del nen, s'augmenten progressivament les quantitats dels plats.

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Aliments durant el primer any de vida

Grup d'aliment	Aliments recomanats	Aliments desaconsellats
Llet i derivats	Llet materna, fórmules de llet adaptades a l'edat.	
Cereals i tubercles	Cereals s/gluten a partir dels 5m. Cereals amb gluten a partir dels 7m. Patata bullida a partir dels 8m.	Aliments integrals Pasta alimentaria Pa o Torrades Cereals d'esmorzar
Fruita	La poma, pera, plàtan, taronja, mandarina i pruna. Sucs de fruita natural .	Maduixes, cireres, mores, préssec, meló, síndria, kiwi i fruites tropicals com mango, papaia... Fruits secs
Verdures i hortalisses	Pastanaga, porro, ceba, api, mongeta tendre, carbassó, carbassa, bledes.	Col, col-i-flor, nap, alls, espàrrecs, espinacs, carxofes, remolatxa, enciam, endívies, tomàquet...
Carn i derivats	Pollastre i gall d'indi. Carn de vedella. Carn de porc magra (llom). Pernil dolç.	Xai. Ànec, Embotits greixosos. Vísceres i patés. Conill.
Peix	A partir dels 10m. Peix blanc i sense espina: lluç, rap, halibut, panga, bacallà, mero...	Peix blau i marisc.
Llegums	A partir dels 10m. Llenties, cigrons, pèsols.	Soja, fava i mongetes seques.
Dolços, greixos i altres aliments	Melmelada. Oli d'oliva	Sucre i Mel Mantega. Cafè, té i cacau. Aliments salats. Espècies i condiments.

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Esquema d'alimentació durant el primer any de vida

Fins als 4 mesos es recomana alimentació cada 3 hores (amb o sense descans nocturn).
La lactància materna és a "demanda".

PRESES	4-6 mesos	7-8 mesos	9-10 mesos	11-12 mesos	>12 mesos
8 Hores	Pit/fórmula 1 Papilla SENSE Gluten.	Fórmula 2 Papilla AMB gluten	Fórmula 2 Papilla amb gluten	Fórmula 2 Papilla amb gluten	Fórmula 2 Papilla amb gluten
12 hores	Pit/fórmula 1 Carb Patata verdura	Carb Patata verdura	Carb Patata Verdura Fruita	Carb /peix ou Patata Verdura 1 fruita	Carb o peix ou menjar adult
16 hores	Pit i/o fruita	Fruita	Fórmula 2	Fórmula 2	Formula 2
20 hores	Pit/Fórmula 1	Fórmula 2	Carb Patata Verdura Fruita	Carb o peix 1 ou Patata Verdura 1 fruita	Carb o peix ou Menjar d'adults
24 hores	Pit/Fórmula 1	Fórmula 2			

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Alimentació del nen entre 1-3 anys

L'alimentació del nen entre 1-3 anys, ha de proporcionar les calories necessàries per mantenir un creixement normal, d'acord amb l'edat i l'activitat física.

Requeriments nutricionals pre-escolars (1-3 anys)

ENERGIA: 1200kcal /dia.
PROTEÏNES: 1,2 g/Kg/dia.
CALCI: 500mg/dia.
FERRO: 10mg/dia.

Distribució calòrica:

- 50-60% hidrats de Carboni.
- 30-35% Greixos.
- 10-15% Proteïnes.

La distribució calòrica s'ha de repartir en els diferents àpats:

- o Esmorzar: 25%.
- o Dinar: 30-35%.
- o Berenar: 15%.
- o Sopar: 25-30%.

És molt important seguir les recomanacions sobre la dieta mediterrània (oferir gran varietat d'aliments, preferència per aliments vegetals (verdures, fruites, llegums i cereals) utilitzar l'oli d'oliva com a font de greix, i un consum setmanal moderat de carn, peix i ous.

*A Savac les dietes de pediatria (edat fins als 7 anys) es demanen amb el codi PD<7 i es tracta com una DIETA LLIURE.

Aliments del nen (1 a 3 anys)

Grup d'aliment	Aliments recomanats	Aliments desaconsellats
Llet i derivats	Llet de vaca sencera	Llet condensada
Cereals i tubercles	Pa, Pasta, arròs i altres derivats. Patata	Cereals integrals
Fruita	Totes les fruites fresques	Fruita en almívar Fruits secs
Verdures i hortalisses	Totes	Vigilar amb les verdures flatulentes: col, coliflor, bròquil, carxofes i espàrrecs
Carn i derivats	Pollastre i gall d'indi Carn de vedella, porc i xai Pernil dolç i pernil salat	Ànec, Embotits greixosos Vísceres i patés
Peix	Peix blanc i peix blau	Marisc
Llegums	Totes: llentia, cigrò, pèsols, mongeta seca, fava i soja	
Dolços, greixos i altres aliments	Sucre i Mel Melmelada - Cacao Oli d'oliva	Cafè, té Aliments salats, Espècies i condiments

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



Alimentació de l'escolar

L'edat escolar comença cap als 3-4 anys i acaba al inici de la pubertat (nens 10-12 anys i nenes 12-14 anys).

Requeriments nutricionals nens de 4-6 anys

ENERGIA: 1800kcal.
PROTEÏNES: 1,1 g/Kg/dia (85 % d'origen animal).
CALCI: 800 mg/dia.

Distribució calòrica:

- 50-60% Hidrats de carboni.
- 30-35% greixos.
- 10-15% Proteïnes.

*A Savac les dietes de pediatria (edat fins als 7 anys) es demanen amb el codi PD<7 i es tracta com una DIETA LLIURE.

Requeriments nutricionals nens 7-12 anys

ENERGIA: 2000kcal.
PROTEÏNES: 1 g/Kg/dia.
CALCI: 800-1300 mg/dia.

Distribució calòrica:

- 50-60% Hidrats de Carboni.
- 10-15% Proteïnes alt valor biològic.
- 30-35% greixos.

*A Savac hi ha una dieta específica per als nens d'aquesta edat amb el codi PD7-12.

Alimentació de l'adolescent

L'adolescència es un període on es produeix un creixement accelerat i molt important de la talla i la massa corporal.

En aquesta etapa s'han de mantenir les racions i característiques de l'alimentació saludable i equilibrada. Per aquest motiu i per tal d'unificar els menús, la dieta de l'adolescent serà la mateixa que la dieta basal utilitzada per a la persona adulta.

Requeriments nutricionals adolescents 12-18anys

ENERGIA: 2000-2500Kcal
PROTEÏNES: 60g/dia (nois) 50g/dia (noies)
CALCI: 1300mg/dia

Distribució calòrica:

- 50-60% Hidrats de Carboni
- 10-15% Proteïnes alt valor biològic
- 30-35% greixos

*A Savac es demana a partir dels 12 anys la dieta amb el codi PD>12 que és la mateixa que la DIETA BASAL ADULT B0 amb alguna variació

Direcció de Qualitat i Planificació. Subcomissió de Dietes.

61



Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



3. Bibliografia

DIETES D'ADULTS

- Jordi Salas Salvadó, Ana Bonada, Roser Trallero, M Engràcia Saló. Nutrició y dietética clínica. (1 ed) Ed Masson. 2004
- Pilar Cervera, J Clapés, R Rigolfas. Alimentación y dietoterapia: nutrición aplicada a la salud y a la Enfermedad (3ª Ed) Madrid Interamericana McGrawHill, 1998.
- Marta Cuervo, Aranzazu Ruiz de las Heras. Alimentación Hospitalaria: 2 dietas hospitalarias. Ed Diaz de los Santos 2004.
- Mercedes Muñoz, Javier Arancoeta, Isabel García-Jalón. Nutrición aplicada y Dietoterapia. (1 ed) Ed. Eunsa 1999.
- National Dysphagia Task Force. America Dietetic Association. National Dysphagia Diet. Standardization for Optimal Care. 2002.
- National descriptors for texture modification in adults. Royal College of Speech and Language Therapists y The British Dietetic Association. Maig 2002
- Nutrition recommendations and interventions for diabetes. A position statement of the American Diabetes Association. Diabetes Care 2002; 30 (Suppl 1):S48-S65.
- Recomanacions d'alimentació i activitat física per a centres d'acolliment residencial per a persones grans. 2010 Generalitat de Catalunya.
- Dauchet L, Amouyel, Hercberg S, Dallongeville J. Fruit and vegetable consumption and risk of coronary heart disease: a meta-analysis of cohort studies. J Nutr 2006; 136:2588-93.

DIETES INFANTILS

- L'alimentació de lactants i nens petits: recomanacions estàndard per la Unió Europea. Departament de salut, Generalitat de Catalunya. Edició 2007.
- L'alimentació de la mare i els nens petits. Centre d'Ensenyament Superior de Nutrició i Dietètica (CESNID). Editorial Pòrtic, Edició 2001.
- Curs de formació en nutrició infantil. 2004. Editorial ERGON (fascicles 3 i 4). Dra. Lucrecia Suarez Cortina i col·laboradors.
- Dietary Recommendations for children and adolescents. Consensus statement. Samuel S Gidding. 2005. American heart Association Pag 2061-2073
- Monografies Anales Españoles de pediatria. Març 2008 Volum 3 número 2. Dra Isabel Polanco i col·laboradors.
- Tratamiento en gastroenterología, hepatología y nutrición pediátrica. SEGHP. Pag 519-543.
- Tratado de nutrición pediátrica. Dr R Tojo. Editorial Doyma 2001

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.

4. Annexos

ANNEX I. Resum del manual de dietes terapèutiques hospitalàries

Tipus de Dieta

Codi SAVAC	Dieta	Precaucions	Característiques	Indicacions
B0	Normal o basal o cardiovascular		Dieta normocalòrica baixa en greixos	Adults Ingressats que no precisen dieta terapèutica Hipercolesterolemia
BV	Ovo-lacto-vegetariana		Dieta normocalòrica que exclou aliments d'origen animal	Adults Ingressats ovo-lacto-vegetarians
P1	P1 o líquida	No perllongar la dieta més de dos dies	Dieta a base d'aliments líquids de fàcil digestió	1ª fase postoperatori Inici alimentació post dejuni perllongat Preparació proves exploratòries
P2	P2 o semilíquida		Dieta a base d'aliments líquids i semilíquids de fàcil digestió, pobre en greixos i fibra	2ª fase postoperatori Continuació alimentació post dejuni perllongat
P3	P3 o semitova		Discretament hipocalòrica, amb aliments de fàcil digestió, pobre en greixos i fibra	3ª fase postoperatori Continuació alimentació post dejuni perllongat
P4	P4 o tova	S'introdueix la verdura cuita i fruita crua madura.	Dieta normocalòrica basada en aliments de fàcil digestió, pobre en greixos i fibra	Última fase dietes progressives
P10R	Dieta sense residus líquida	No perllongar la dieta més de dos dies	Té com a objectiu disminuir el pes i volum de bolus fecal	1ª fase Post operatori Fase aguda de diverticulitis. Enteritis ràdica i resecció intestinal
P20R	Dieta sense residus semilíquida			2ª fase post operatori. 2ª fase de diverticulitis. 2ª fase de enteritis ràdica i resecció intestinal
P30R	Dieta sense residus semitova			3ª fase post operatori. 3ª fase de diverticulitis. 3ª fase de enteritis ràdica i resecció intestinal
TL	Textura A o néofar o líquida	Cal demanar preparats comercials a farmàcia	Consistència líquida homogènia. Es pot demanar altres imputable al pacient: aigua, llet, suc i/o brou	Disfàgia a sòlids Càncer de llengua Intervencions quirúrgiques retrognatisme o prognatisme
TM	Textura B o mel		Consistència mel homogènia. Es pot demanar altres imputables al pacient aigua, logurt, natilles	AVC Malalties neurodegeneratives Miastènia
TP	Textura C o triturada o puré	No canviar la farina del berenar per 1 logurt o gelatina: valor nutricional no equivalent	Dieta de consistència puré espès i homogènia (aliment que es pot menjar amb forquilla o cullera sense precisar masticació)	AVC Absència de peces dentàries Malalties neurodegeneratives, miastènia Laringectomitzats parcials
TF	Textura D o puding o xafable amb forquilla		Menjar que no precisa ser triturat i que requereix una lleu masticació	Disfàgia mecànica AVC Malalties neurodegeneratives, miastènia
A1	Astringent Molt rigorosa A1	No superar 6- 24 hores	A base d' aigua d' arròs i/o pastanaga amb infusions suaus.	Diarrees per diversos motius
A2	Astringent Rigorosa A2	No superar 2-3 dies.	Introducció aliments sòlids (arròs/pastanaga)	
A3	Astringent Moderada A3	La duració entre 2-4 dies	S' introdueix: pasta de sopa, puré de patata, logurt, aliments proteics bullits, fruita cuita, pemil i torrades.	

Direcció de Qualitat i Planificació. Subcomissió de Dietes.

63



Annexes al Plec de prescripcions tècniques que regulen la contractació del servei de cuina i alimentació

Protocol de Dietses d'adults i infantils. Edició 4ª.



Codi SAVAC	Dieta	Precaucions	Característiques	Indicacions
A4	Astringent Lleugera A4		S' introdueixen la cam i el peix a la planxa, la verdura bullida de guarnició i galetes	Diarrees per diversos motius, abans de passar a dieta normal o basal
16	Sense residus	Dietses molt restrictives si cal mantenir-les per períodes llargs valorar dieta enteral completa.	Sense fibres estricta Sense lactosa ni cams amb teixit connectiu.	Preparació proves radiològiques, colonoscopia, i cirurgia de colon. Enteropaties
18	Dieta Hipoproteïca 60 g de proteïna	En cas d' edemes (o ascites), la restricció de sodi ha de ser més severa (< 45 mEq/dia)	Baixa en proteïnes i hiposòdica. Càlcul aproximat per individu de 65-70 kg de pes	Insuficiència renal crònica (Fase prediàlisi) Hepatopatia que no tolera la dieta convencional
17NC	Dieta Hiperproteïca normoalòrica 80 g de proteïna	Pei seu alt contingut en proteïnes no es recomana suplementar amb concentrats de proteïnes	Elevat contingut proteic	Hipercatabolisme o pèrdues de proteïnes que no presenten anorèxia
17HC	Hiperproteïca hiperalòrica 120 g de proteïna	No es recomana suplementar amb concentrats de proteïnes	Elevat contingut proteic i energètic	Hipercatabolisme o pèrdues de proteïnes que no presenten anorèxia
PG	Dieta fàcil digestió		Normocalòrica, baix contingut en greixos, àcids i exempta de fàbuls	Gastritis Colecistopaties simptomàtiques
G1-G4	Gastrectomia		Dieta fraccionada en 6 àpats de petits volum i la ingesta de líquids fora dels àpats	Cirurgia gàstrica Pacients post-bariàtrica
13BG	Exempta en greixos	Demandar oil MCT a farmàcia	Pobre en greixos	Insuficiència pancreàtica Malabsorció
D	Controlades en hidrats de carboni	Si sobrepès o obesitat 1500-1800kcal. Gent jove 2000-2500kcal	Dieta controlada en hidrats de carboni i repartits en 5 preses	Diabetis melítus Obesitat
D8	Ritme de 8 hores	No prolongar més de 48 hores. Respectar el horari i els àpats	Dieta controlada en hidrats de carboni i repartits en 8 ingestes	Cebosis
PN	Dieta plonjo	Consta: sopa de pasta, entrepà (pa de motlle) amb formatge, suc de fruita i iogurt natural	Dieta per pacients que arriben a la planta d'hospitalització després de sala de parts. Pacients d'urgències	Postpart UCIAS
FR	Amigdalectomia	Variante dieta progressiva	Dieta líquida freda progressiva	Amigdalectomia

Característiques de la Dieta

Codi SAVAC	Dieta	Advertiments	Característiques	Indicacions
RF	Dieta rica en fibra		Cal assegurar una ingesta de líquids 1,5- 2L.	Constipació Diverticulosi
S/G	Sense Gluten		S' exclouen els aliments amb gluten	Malaltia celíaca
S/S	Hiposòdica lleu 1600-2000mg Na	Demandar a SAVAC com a característica de la dieta	S' exclouen els aliments rics en sodi i la sal de cuina.	HTA Círosis amb ascitis lleu ICC
M	Dieta sense carn		Sense vedella, xai, porc i aus	Adults Ingressats Musulmans
S/L	Sense Lactosa		S' s' exclouen els aliments que tenen lactosa	Intolerància a la lactosa
FM	Textura E o fàcil mastigació		Dieta que precisa lleu trituració dentària.	Manca peces dentària, dificultat en la mastigació Processos inflamatoris de la cavitat bucal
	Baixa en Potassi	Demandar a SAVAC com a observacions del pacient	Dieta baixa en potassi.	Insuficiència renal

Direcció de Qualitat i Planificació. Subcomissió de Dietses.

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



ANNEX II. Racions d'hidrats de carboni per les dietes de diabètics

Dietes diabètics amb hidrats de carboni distribuïts en 5 preses

Àpats	1000kcal	1200kcal	1500kcal	1800kcal	2000kcal	2500kcal
Esmorzar						
Làctic	1	1	1	1	1	1
Fècula	1	1	2	2	2	5
Fruita						2
Proteïnes		0.3	0.5	0.5	0.5	0.5
Greixos		1	1	1	1	1
Dinar						
Fècula	2	3	5	6	6	8
Verdura	1	1	1	1	1	1
Fruita	1.5	1.5	1.5	1.5	1.5	1.5
Proteïnes	2	2	2	2	2	2
Greixos	1	1	1	1	2	2
Berenar						
Làctic	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5
Fècules				1	2,5	2,5
Proteïnes					0,5	0,5
Greixos					1	1
Sopar						
Fècules	2	3	5	6	6	7
Verdura	1	1	1	1	1	1
Fruita	1.5	1.5	1.5	1.5	2	2
Proteïnes	2	2	2	2	2	2
Greixos	1	1	1	1	2	2
Ressopó						
Làctic	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5
Fècula						1

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



ANNEX III. Exemples d'esmorzar, berenar i ressopó de les dietes controlades en hidrats de carboni

Kcal - àpats	Esmorzar*	Berenar	Ressopó
1000-5	200cc llet desnatat 20g pa Melmelada light 25g	1 iogurt desnatat	1 iogurt desnatat
1200-5	200cc llet desnatat 20g pa 1 formatget desnatat 10g d'oli	1 iogurt desnatat	1 iogurt desnatat
1500-5	200cc llet semi 50g pa 1 formatget desnatat 10g oli	1 iogurt desnatat	1 iogurt desnatat
1800-5	200cc llet semi 50g pa 30g formatge 10g oli	1 iogurt desnatat 2 paquets torrades o 5 galletes	1 iogurt desnatat
2000-5	200cc llet semi 50g pa 30g formatge 10g oli	1 iogurt desnatat 50g pa 30g permil o formatge 10g oli	1 iogurt desnatat 5 galletes
2500-5	200cc llet semi 100g pa 30g formatge 10g oli	1 iogurt desnatat 50g pa 30g permil o formatge 10g oli	1 iogurt desnatat 5 galletes

Equivalències d'aliments que contenen 10g de hidrats de carboni: 20g pa = 2 torrades = 2 galletes tipus Maria = 200cc llet = 2 iogurts = 1 fruita petita

* A pediatria l'esmorzar sempre serà entrepà. En les altres dietes en canviarà de manera rotatòria el pa per torrades o galletes i el formatge o permil o per melmelada light.

Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.



ANNEX IV. Contingut dels àpats de mig matí, berenar i rессopó

Dieta	Mig matí	Berenar	Ressopó
Normal		logurt	
P1 – P1R	Suc (P1R Suc Poma)	Suc (P1R Suc Poma)	Suc (P1R Suc Poma)
P2 – P2R	Suc (P2R Suc Poma)	logurt	logurt
P3 – P3R		logurt	logurt
P4		logurt	
Astringent Molt rigorosa A1	Infusió (NO sucre/edulcorant)	Infusió (NO sucre/edulcorant)	Infusió (NO sucre/edulcorant)
Astringent rigorosa A2		Infusió	
Astringent moderada A3		logurt desnatat	logurt desnatat
Astringent lleugera A4		logurt	logurt
Sense residus		logurt Torrades	
Dieta Textura C o puré		Farinetes de cereals	
Dieta Textura D o xafable		logurt	
Fàcil Masticació		logurt	
Hipoproteica		Infusió Torrades o galetes	
Hiperproteica Normocalòrica (90g Prot)		logurt	
Hiperproteica Hipercalòrica (120g Prot)		50g pa + 30g pemil logurt	2 iogurts 2p torrades o 5 galetes
Fàcil digestió / Protecció gàstrica		logurt desnatat Galetes	logurt desnatat
Gastrectomia G1	logurt desnatat o gelatina	logurt desnatat o gelatina	logurt desnatat o gelatina
Gastrectomia G2	logurt desnatat o gelatina	Farinetes de cereals	logurt desnatat o gelatina
Gastrectomia G3	logurt desnatat o gelatina	Farinetes de cereals	logurt desnatat o gelatina
Post-Gastrectomia G4	2 paquets torrades 30g de pemil cuit	2 paquets torrades 30g gall d'indi logurt desnatat	1 logurt desnatat 5 galetes
Exempta en greixos		1 iogurt desnatat Torrades	1 iogurt desnatat
Post amigdalectomia Dia 1	Suc de poma	Suc de poma	Infusió o llet freda
Post amigdalectomia Dia 2-3	Suc de poma	logurt	Llet freda
Post amigdalectomia Dia 4-5	Suc de poma	logurt	Llet freda
Pediàtrica <7		Lliure	
Pediàtrica 7-12		logurt Galetes	
Pediàtrica >12		logurt 100g pa + 40g pemil	

No Diabètics → Sucre amb el logurt, llet o infusió
Diabètics → Edulcorant amb el logurt, llet o infusió



Protocol de Dietes d'adults i infantils. Edició 4ª.

5. Indicadors quantitativs i/o qualitativs

	Criteri o fonament	Indicador Nom	Algorisme de l'Indicador	Tipus d'indicador	Estàndard internacion al o propi	Valor de l'Indicador previ (any)	Valor de l'Indicador actual (any)	Font de dades	Freqüència de recollida	Responsables
1.	Cal que existixin en el manual totes les dietes que es prescriuen.	Existència de totes les dietes	Núm dietes que no existeixen	estructura	< 2	Pendent	Pendent	Acta de les reunions.	Anual	1r. Responsable de la Subcomissió 2n. Director de Servei
2.	Cal revisar la concordança del que s'ha prescrit i el que ha rebut el pacient	Revisió dels menús que arriben al pacient	Núm de revisions fetes	Procés	2	pendent	pendent	Acta de les reunions	semestral	1r. Director de Servei 2n. Responsable de la Subcomissió
3.	Cal revisar els menús des de la FHAG	Revisió del menú	Número de revisions	Procés	2	pendent	pendent	Acta de les reunions	semestral	1r. Responsable de la Subcomissió 2n. Director de Servei
4.	Cal revisar les incidències en relació a les dietes de l'hospital	Revisió de les incidències	Núm. d'incidències.	Procés	Si	Pendent	Pendent	Acta de les reunions	Anual	1r. Responsable de a subcomissió. 2n. Director de Servei



ANNEX 5 – Procediment notificació i lliurament de canvi de dietes



PROCEDIMENT NOTIFICACIÓ I LLIURAMENT DE CANVI DE DIETES

Només s'acceptaran canvis de dieta a última hora en els següents casos:

- Canvi de dieta absoluta a dieta líquida.
- Canvi a dieta astringent.
- Canvi a dieta ICTUS.
- Canvi a dieta de protecció gàstrica.
- Ingressos (s'establirà una dieta d'ingrés)
- Anul·lacions de les dietes absolutes demanades per intervencions/proves i que aquestes han estat anul·lades (es servirà la dieta que tingui pauta el pacient).

La resta dels canvis s'hauran d'introduir a Savac i es serviran en el següent àpat.

TORN MATI

- Hi ha dos tancaments de SAVAC: 10:20 i 10:55.
- De 10:40 a 11:15h els canvis abans esmentats es notificaran per telèfon, i serà el personal de cuina qui pujarà la safata.
- De 11:15 a 12:15h: **cuina no atindrà el telèfon però podeu deixar el canvi al contestador automàtic.**
- De 12:15 a 13:30h: els canvis abans esmentats es notificaran per telèfon, i el personal de cuina pujarà la safata.
- de 13:30 a 15:30 h: els canvis abans esmentats es faran per telèfon, establint-se tres horaris de lliurament: 14:30, 15:00 i 15:30. Si teniu alguna necessitat urgent, **caldrà baixar a buscar la safata a cuina.**

TORN TARDA

- Hi ha tres tancaments de SAVAC: 16:20, 16:55 i 17:40.
- De 17:00 a 18:15h: **cuina no atindrà el telèfon però podeu deixar el canvi al contestador automàtic.**
- de 18:15 a 21:45 h: els canvis abans esmentats es faran per telèfon, i s'intentarà pujar les safates al propi carro, no obstant es fixen tres horaris de lliurament: 20:30, 21:15 i 21:45. Si teniu alguna necessitat urgent, **caldrà baixar a buscar la safata a cuina.**

URGÈNCIES de 22:00h a 23:30 es podrà demanar la dieta basal (les dues opcions existents al menjador laboral). **Caldrà baixar a buscar la safata a cuina.**

NÚMEROS DE TELÈFON
DE 7:30 FINS A LES 22:45 → 2810
DE 22:45 A LES 23:30 → 2837



ANNEX 6 – Horaris servei àpats a plantes

Horaris Servei Àpats a Plantes

	Esmorzar	
	Lliurar Carro	Recollir Carro
2B	08:05	09:30
2C	08:10	09:35
Residència	08:20	09:40
6B	08:30	09:50
6C	08:30	09:50
4B	08:35	10:00
4C	08:35	10:00
3B	08:40	10:10
3C	08:40	10:10
5B	08:50	10:20
5C	08:50	10:20
4G	09:00	10:35
3G	09:00	10:35
SOU	09:10	10:45
URG	09:10	10:45

	Inici	Final
Cinta	7:50	9:10

	Dinar	
	Lliurar Carro	Recollir Carro
2B	11:30	13:20
4B	11:35	13:30
4C	11:35	13:30
3B	11:45	13:40
3C	11:45	13:40
SOU	11:55	13:50
URG	11:55	13:50
6B	12:05	13:55
6C	12:05	13:55
5B	12:15	14:00
5C	12:15	14:00
2C	12:20	14:10
Residència	12:30	14:20
4G	12:40	14:30
3G	12:40	14:30

	Inici	Final
Cinta	11:15	12:40

	Beremar	
	Lliurar Carro	Recollir Carro
2B	15:30	
6B	15:30 a 16:15	
6C	15:30 a 16:15	
4B	15:30 a 16:15	
4C	15:30 a 16:15	
4G	15:30 a 16:15	
3G	15:30 a 16:15	
3B	15:30 a 16:15	
3C	15:30 a 16:15	
5C	15:30 a 16:15	
5B	15:30 a 16:15	
2C	15:30 a 16:15	
SOU		
URG		

	Sopar	
	Lliurar Carro	Recollir Carro
Residència	18:00	20:00
4G	18:30	20:10
3G	18:30	20:10
2B	18:40	20:20
4B	18:45	20:30
4C	18:45	20:30
3B	18:55	20:40
3C	18:55	20:40
SOU	19:05	21:05
URG	19:05	21:05
6B	19:15	20:45
6C	19:15	20:45
5C	19:25	21:00
5B	19:25	20:50
2C	19:30	20:50

	Inici	Final
Cinta	17:30	18:45



ANNEX 7 – Llistat de preus de cafeteria per a personal de la FPAG

LLISTAT DE PREUS DEL SERVEI DE CAFETERIA PER A PROFESSIONALS DE LA FPAG

BEGUDES CALENTES

Café sol	0,75 €
Tallat	0,80 €
Café amb llet	0,95 €
Xocolata	1,50 €
Infusions	0,80 €
Llet Sola	0,80 €

BEGUDES FREDES

Aigua 0,5l	0,60 €
Aigua 1,5l	1,00 €
Aigua amb gas	0,80 €
Refrescs llauna	0,95 €
Cervesa llauna	1,10 €
Sucs	0,95 €
Suc Tronja Natural	1,80 €

BRIXERIA

Enfornada	0,95 €
Envasada	0,95 €
Donut	0,80 €
Donut Xocolata	0,95 €
Torrades amb Mantega	1,80 €

SNACKS

Patates Xips	0,95 €
Olives Replenes	1,40 €
Fruits Secs	1,50 €
Snacks dolços	1,00 €

ENTREPANS

<u>Freds</u>	Minis	Grans
Pernil Dolç	1,80 €	2,50 €
Pernil Salat	2,00 €	2,80 €
Formatge	1,80 €	2,50 €
Llonganissa	1,80 €	2,50 €
Sobrassada	1,80 €	2,50 €
Xoriço	1,80 €	2,50 €
Fuet	1,80 €	2,50 €
Tonyina	2,00 €	2,80 €
Vegetal	1,60 €	2,30 €

Calents

	Minis	Grans
Bacon	2,00 €	2,80 €
Llom	2,25 €	3,20 €
Franfurt		2,50 €
Bistec	2,30 €	3,25 €
Hamburguesa		2,60 €
Sobrassada	2,00 €	2,80 €
Pernil Salat	2,00 €	2,80 €
Truita Francesa	1,80 €	2,50 €
Extra Formatge	0,10 €	0,15 €

Sandvitxos

Bikini	2,00 €
Vegetal	2,00 €

MENUS

Sencer	7,50 €
Mig menú	4,50 €



ANNEX 8 – Espais del servei de cuina i cafeteria

La FPHAG posa a disposició de l'empresa adjudicatària, els següents espais:

Servei de cuina

- Cuina de l'Hospital General de Granollers
- Cuina del Geriàtric Adolfo Montaña
- Magatzems
- Despatxos

Servei de menjador laboral

- Menjador laboral

Servei de Cafeteria

- Cafeteria de l'Hospital General de Granollers
- Cuina de la cafeteria
- Tenda – quiosc
- Serveis públics

ANNEX 9 – Relació d'equipaments de cuina i cafeteria

Inventari Cuina

Article	Quantitat
Olla nº 40	4
Olla nº 36	3
Olla nº 32	4
Olla nº 25	2
Cassola nº 40	4
Cassola nº 36	1
Cassola nº 35	2
Cassola nº28	4
Cassola nº 50	3
Paelles	6
Safata gastronorm 2/1	10
Safata gastronorm nº7 1/1	85
Safata gastronorm puding 2/4	12
Safata gastronorm nº 10 1/1	45
Safata gastronorm nº 15 1/1	8
Safata gastronorm nº20 1/1	4
Safata gastronorm 1/2 turmix	12
Safata gastronorm 1/4 turmix	4
Safata gastronorm 1/4 sal	4
Safata gastronorm 1/2 (Comunitat)	6
Safata gastronorm 1/1 reixeta	25
Safata gastronorm 1/1	40
Tapa gastronorm 1/1 amb goma	4
Tapa gastronorm 1/2	8
Tapa gastronorm 2/3	10
Tapa gastronorm 1/4	2
Rasca planxa	2
Espàtula planxa	2
Pinces self	4
Safata Violí	10
Colador Xinés	4
Mesclador Varetes 40	2
Mesclador Varetes 30	2
Aranya nº 16	1
Paella nanses 40	1
Parisiene 45	1
Paella 18	10
Paella 27	2
Plats ous	55
Cistelles marmita	4

Annexes al Plec de prescripcions tècniques que regulen la contractació del servei de cuina i alimentació

Article	Quantitat
Safates pa	10
Escorredor Inox	2
Soperes	5
Cullerot 10	4
Cullerot 12	4
Cullerot 16	2
Cullerot 8	1
Escumadora nº10	5
Escumadora nº12	4
Escumadora nº16	2
Cullera servei	3
Espàtula nylon	5
Cubell blanc gran	2
Cubell blanc mitjà	2
Cubell blanc petit	1
Bagul isotèrmic Monza blau	2
Bagul isotèrmic HDia Canguro negre	4
Bagul isotèrmic blau HDia	2
Termo cafè	2
Cubeta blanca con reixeta	29
Safates Burlodge	350
Bol sopa	535
Tapa bol sopa	705
Ravenera	485
Tapa ravenera	660
Bol menjador	110
Tassa isotèrmica	400
Tapa tassa isotèrmica	485
Campana PVC	330
Plat Arcoroc 19 cm	356
Plat closques arròs	340
Plat pla	383
Plat fons	126
Plat postres	86
Bol vidre	35
Cullera sopa	1080
Gabinet	1180
Tenedor	910
Safata isotèrmica AMC verda	39

Annexes al Plec de prescripcions tècniques que regulen la contractació del servei de cuina i alimentació

Maquinària	Quantitat
Basculant a gas motoritzada	1
Placa radiant amb forn a gas	1
Cuina a gas 6 focs	1
Fregidora 2 cossos a gas	2
Fry-top a gas amb planxa llisa	2
Forn a gas Lainox 40GN 1/1	1
Forn a gas Convothem 40GN 1/1	1
Marmita a gas 150 lt.	2
Cinta d'emplatat	1
Armari calent amb rodes	1
Carros bany maria	5
Renta olles	1
Armari fred de peix	1
Talladora de verdures	1
Talladora d'embotits	1
Túnel de rentat	1
Mesa Inox de suport	6
Turmix gran	2
Turmix petit	1
Carros Burlodge amb motor incorporat – 30 safates	12
Carros Burlodge RTS amb motor incorporat – 30 safates	2
Càmara conservació brossa	1
Càmara conservació carns	1
Càmara conservació congelats	1
Càmara conservació làctics	1
Càmara conservació de dia	1
Càmara conservació verdures	1
Carros estanteria cistelles	2
Carros estanteria tapes	1
Carros emmagatzematge de safates	2
Carro tancat safates tasses	1
Carro isotèrmic blau 2 portes	2
Carro isotèrmic blau 2 portes baix	1
Armaris metàl·lics emmagatzematge	6
Rentamans amb pedal	4
Maquina fregadora industrial Tasky	1
Carro cambra 2 prestatges	12
Carro cambra 3 prestatges	5
Palet alimentari	6

INVENTARI RESIDÈNCIA

Article	Quantitat
Olla nº 20	1
Olla 24 cm.	1
Olla 32 cm.	1
Cassola 45 cm	1
Cassola 38 cm.	1
Cassola baixa	1
Soperes	2
Colador Xinès gran	1
Colador Xinès mitjà	1
Rallador	1
Paelleres diferents mides	3
Cullerot nº 10	6
Cullerot nº 8	1
Raseres nº 12	2
Raseres nº 10	1
Aranya nº 15	1
Teteres	3
Cullerot self	2
Estisores	1
Batidor manual	1
Cubell Brossa amb tapa	1
Safates grans del carro Rational	60
Safates esmorzar del carro Rational	60

Maquinària	Quantitat
Cuina 3 focs i planxa + forn Fagor	1
Fregidora Jemi 8l.	1
Forn convecció Hoonved 4 safates 2/1	1
Nevera amb congelador de 4 portes	1
Nevera sota/mostrador 3 portes	1
Carros cambra	3
Pelapatates capota Fimar	1
Bany maria 3 Gastronorms	1
Bany maria 2 Gastronorms	1
Retaplats Hoonved	1
Carro Rational amb motor incorporat – 24 safates	2

INVENTARI CAFETERIA

Maquinària	Quantitat
Talladora d'embotits	1
Fregidora 2 cossos Ascaso	1
Fregidora Movilfrit	1
Expositor fred 8 Gastronorms 1/4	1
Fritop Mareno	1
Bloc cocció Mareno + Forn	1
Placa radiant Mareno	1
Forn convecció 10 GN 1/1 Zanussi	1
Carro Rieber tapat	1
Carro Rieber	2
Carro Hupfer	2
Rentaplats capota	1
Boteller 3 portes	1
Maquina cubitera Eurofred	1
Sota mostrador amb càmera 2 portes Oscainox	1
Sota mostrador 3 portes Oscainox + expositor fred superior	2
Bay maria 5 GN 1/1	1
Totem dispensador de coberts	1
Sota mostrador 5 portes Oscainox	1
Calenta-llet Campeona 6l.	1
Talladora de verdures Sammic	1
Carros cambra 3 prestatges	3
Taules 80 x 60	54
Cadires	108

Article	Quantitat
Jocs de Coberts	150
Plats fons	50
Plats plans	100
Plats postres	100
Plats cafè amb llet	250
Plats cafè	200
Tassa cafè amb llet	100
Tassa cafè	80
Vasos tallat	100
Safates	200
Gots	110



INVENTARI SANT JORDI

Article	Quantitat
Plat fons	30
Plat petit	48
Plat esmorzar	8
Gastronorm plana	3
Gastronorm fonda	2
Cullera sopera	57
Ganivets	31
Forquilles	30
Cullera cafè	43
Paelles	3
Gots tallat	20
Safata menjador	2
Safata planta	2
Cubell brossa	1
Carro cambrera	1

Maquinària	Quantitat
Rentaplats Jemi	1
Cuina Franke 2 focs	1
Congelador Zanussi	1
Forn Franke 4GN 1/1	1
Nevera Unfrig	1



ANNEX 10 – Extres alimentaris FPHAG

LLISTAT EXTRES ALIMENTARIS (PREU MÀXIM)

Article	Cost
Aigua 0.5L	0,18 €
Aigua 1.5L	0,40 €
Café 1 kg	7,50 €
Caixa Cereals	7,00 €
Coca Cola 33cc	0,60 €
Colacao sobres	0,22 €
Entrepà	1,00 €
Entrepà Calent	1,40 €
Flams i Natilles	0,35 €
Formatge Fresc	0,40 €
Formatge Porcions	0,12 €
Fruita Natural	0,30 €
Galetes	0,07 €
Gel	2,00 €
Gelatines	0,40 €
Infusions	0,08 €
logurt	0,20 €
Llet Ametlla	5,50 €
Llet Brik	0,80 €
Llet de Soja 1l	1,50 €
Magdalenes	0,15 €
Margarina	0,04 €
Melmelada	0,06 €
Nescafé	0,12 €
Oli	3,50 €
Pa Motllo	0,20 €
Panet	0,20 €
Papilla Natural Fruita	1,40 €
Potitos fruita	1,50 €
Sacarines	0,04 €
Sal	0,25 €
Suc Brik	0,85 €
Suc Mini Brik	0,40 €
Suc Natural	1,20 €
Sucre kgrs	1,50 €
Sucre sobre	0,02 €
Tall Formatge	0,10 €
Tall Pernil	0,10 €
Torrades	0,07 €
Tovallons paq.	1,20 €
HC Ràpids	0,10 €
HC Lents	0,07 €
Batuts dietètics	1,50 €



ANNEX 11 – Quadre resum oferta contractació servei de cuina i alimentació de la FPHAG

QUADRE PREUS SERVEI DE CUINA I ALIMENTACIÓ DE LA FPHAG

Pensió Completa

Esmorzar	
Dinar	
Berenar	
Sopar	

1er Plat	
2on Plat	

Extres

Aigua 0.5L	
Aigua 1.5L	
Café 1 kg	
Caixa Cereals	
Coca Cola 33cc	
Colacao sobres	
Entrepà	
Entrepà Calent	
Flams i Natilles	
Formatge Fresc	
Formatge Porcions	
Fruita Natural	
Galetes	
Gel	
Gelatines	
Infusions	
logurt	
Llet Ametlla	
Llet Brik	
Llet de Soja 1l	
Magdalenes	
Margarina	
Melmelada	
Nescafé	
Oli	
Pa Motllo	
Panet	
Papilla Natural Fruita	
Potitos fruita	
Sacarines	
Sal	
Suc Brik	
Suc Mini Brik	
Suc Natural	
Sucre kgrs	
Sucre sobre	
Tall Formatge	
Tall Pernil	
Torrades	
Tovallons paq.	
HC Ràpids	
HC Lents	
Batuts dietètics	

RRHH

Cost hora	
Abonament hora	



Annexes al Plec de prescripcions tècniques que regulen la contractació del servei de cuina i alimentació

QUADRE RESUM SERVEI DE CUINA I ALIMENTACIÓ DE LA FPHAG

40,0

Criteri de Valoració	Descripció de la valoració	Resum	Inversió econòmica	Pàgina memòria descriptiva	Pes Puntuació Ponderada
Adaptació Protocols FPHAG	Els compromisos per implementar el protocol de dietes i tots aquells procediments regulats de la FPHAG				6
Control i manteniment de la temperatura	Els carros i les estacions de manteniment de temperatures i quan s'adapten als requeriments tècnics del plec a més de les possibles solucions alternatives que es puguin oferir				6
Varietat i presentació dietes	Proposta de nº de setmanes de la planificació de dietes, procediments de treball per garantir una presentació unificada i addient				4
Productes	Compromís per utilització productes de major qualitat, 1eres marques, productes de proximitat, productes ecològics, productes RSC				4
Procés d'elecció dietes	Procediments i mitjans tècnics que garanteixin i millorin l'elecció de dieta (lliurar el que es demana, minimitzar els temps entre l'elecció i l'àpat, procés personalitzat, nº dietes que podran elegir)				3
Sistemes de cocció i logística	Tipus de coccions (calenta, freda, congelada, in situ/externa) i els mitjans tècnics necessaris que s'incorporin				3
Servei residència	Proposta global del servei per millorar-lo				1
Servei pacients privats	Proposta global del servei per millorar-lo				1
Menjador laboral: Buffet amanides	Model, capacitat i tipus de servei ofertat (varietat de productes, possibilitat d'incloure un entrant al menú)				3
Menjador laboral: gestió de cues	Procediments, organització interna i mètodes automàtics de pagament				0,5
Menjador laboral: Servei de sopar	Proposta global del servei per millorar-lo				1
Menjador laboral: Aparència i imatge	Proposta de millora visual de l'espai (exposició plats, info nutricional, vitrines refrigerades, banys maria i decoració)				1
Cafeteria	Aparència i imatge, gestió de cues (mètodes automàtics de pagament, organització interna i procediments) i reforma WC				5
Botiga - quiosc	Proposta global pel millorar				0,5
Transports	Proposta global pel millorar				0,5
Llei general de drets de les persones amb discapacitat i de la seva inclusió social: millora de l'exigut a l'article 42 del Reial Decret Legislatiu 1/2013, de 29 de novembre	Obtindrà la màxima puntuació l'empresa que acreditï disposar del major percentatge de treballadors fixes amb discapacitat en plantilla, millorant l'exigut a l'article 42 del Reial Decret Legislatiu 1/2013, de 29 de novembre, pel qual s'aprova el text refós de la Llei general de drets de les persones amb discapacitat i de la seva inclusió social, puntuant-se la resta de les empreses segons la fórmula següent: $P_x = X_p/A \times 0,5$ (P_x Puntuació del licitador, X_p percentatge de treballadors fixes amb discapacitat en plantilla del licitador, A Oferta percentatge de treballadors fixes amb discapacitat en plantilla mes elevat)				0,5



RELACIO DE CLIENTS

Similar FPHAG	Catalunya	Resta Estat Espanyol
1	SI / NO	SI / NO
2	SI / NO	SI / NO
3	SI / NO	SI / NO
4	SI / NO	SI / NO
5	SI / NO	SI / NO
6	SI / NO	SI / NO
7	SI / NO	SI / NO
8	SI / NO	SI / NO
9	SI / NO	SI / NO
10	SI / NO	SI / NO

Sector Sanitari	Catalunya	Resta Estat Espanyol
1	SI / NO	SI / NO
2	SI / NO	SI / NO
3	SI / NO	SI / NO
4	SI / NO	SI / NO
5	SI / NO	SI / NO
6	SI / NO	SI / NO
7	SI / NO	SI / NO
8	SI / NO	SI / NO
9	SI / NO	SI / NO
10	SI / NO	SI / NO

Residències	Catalunya	Resta Estat Espanyol
1	SI / NO	SI / NO
2	SI / NO	SI / NO
3	SI / NO	SI / NO
4	SI / NO	SI / NO
5	SI / NO	SI / NO
6	SI / NO	SI / NO
7	SI / NO	SI / NO
8	SI / NO	SI / NO
9	SI / NO	SI / NO
10	SI / NO	SI / NO

Altres	Catalunya	Resta Estat Espanyol
1	SI / NO	SI / NO
2	SI / NO	SI / NO
3	SI / NO	SI / NO
4	SI / NO	SI / NO
5	SI / NO	SI / NO
6	SI / NO	SI / NO
7	SI / NO	SI / NO
8	SI / NO	SI / NO
9	SI / NO	SI / NO
10	SI / NO	SI / NO

