

DIETA ENTERAL ARTESANAL PARA CRIANÇAS ACIMA DE 1 ANO DE IDADE COM GASTROSTOMIA*

Exemplo de cardápio para 01 dia:				
Preparações Horários	Ingredientes	Quantidade	Substituições	Modo de preparo
Mingau I (07 e 22 h)	Leite integral 200 ml Farelo de aveia 12g Suplemento nutricional 10g (qualquer sabor)	1 copo 1 col. sopa 1/2 col. de sopa	Leite em pó Farinha de arroz, de milho. Nutren Active, Sustacal, Sustagem, Sustain.	Bata o leite com o suplemento lácteo e o farelo de aveia no liquidificador.
Leite (10h)	Leite integral 200 ml Açúcar 15g Amido de milho 10g	2 copos 1 col. sopa 1 col. sopa rasa	Leite em pó Maltodextrina Aveia, fubá, farinha de arroz.	Cozinhe o leite com o amido de milho, depois acrescente o açúcar. Deixe esfriar e passe na peneira fina
Sopa (13 e 19h)	Batata 70g Arroz cozido (40g) Abobrinha 45 g Cenoura 45g Carne moída 100g Escarola 10g Tomate (s/ semente) Óleo de soja 16 ml Sal 5g	1 unidade peq. 2 col. de sopa ½ de unidade média ½ unidade 4 colheres de sopa 2 folhas 1 de unidade 2 col. de sopa 1 col. de chá rasa	Mandioca, batata doce, mandioquinha, macarrão chuchu, abóbora, beterraba. ----- Peixe, frango Chicória, couve, repolho, rúcula, agrião. Girassol, milho, canola, etc..	Junte todos os ingredientes bem picados em ½ litro de água, junte o feijão já cozido e cozinhe em panela de pressão. Após a fervura (pressão), deixe cozinhando por 20 minutos. Bata a mistura no liquidificador por 2 minutos e passe em uma peneira fina. <i>A receita rende 250 ml para cada horário</i>
Suco de laranja (13 e 19h)	Laranja (125g)	01 unidade peq.	Mexerica, laranja lima, caju, goiaba, acerola.	Esprema a fruta, complete o volume com água e coe em peneira fina.

Exemplo de cardápio para 01 dia:				
Preparações Horários	Ingredientes	Quantidade	Substituições	Modo de preparo
Suco de frutas 16h	Suco de laranja (125g) Couve (10g) Cenoura (30g) Beterraba (30g) Maçã (50g) Água	1 unidade 2 folhas 1/3 unidade peq. ¼ unidade ½ unidade 1 copo tipo requeijão	Limão, caju, mexerica, morango, acerola, etc. Verduras verde escuras (exceto espinafre). Pêra, banana	Bata todos os ingredientes (crus) no liquidificador com a água. Coe em peneira fina.

OBS: O cardápio foi calculado par a criança de 4 anos, eutrófica, com pouca atividade. Se for diabético não acrescentar o açúcar e preferir a aveia ao amido de milhos nos mingaus. O suplemento lácteo escolhido não deverá ter sacarose.

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL

Nutriente	Quantidade	%
Energia, kcal	1515.89	
Carboidratos, g	191.44	48.5
Lipídios, g	66.97	38.2
Proteínas, g	46.00	13.3
Cálcio, mg	1141.6	
Ferro, mg	8.49	
Vitamina C, mg	265.55	
Vitamina A, mcg	2565.1	
Tiamina, mg	0.32	
Riboflavina, mg	0.21	
Niacina, mg	4.05	
Vitamina B6, mg	1.67	
Vitamina B12, mcg	5.19	
Vitamina E, mg	7.8	
Fósforo, mg	1102.4	
Zinco, mg	10.99	
Sódio, mg	2831.2	
Potássio, mg	3237	
Folato (mg)	275.41	
Fibra (g)	18.42	
Colesterol (g)	173.4	

Volume por horário: 250ml ou 1 copo tipo requeijão

Horários: 7-10-13-16- 19 -22 = 6 vezes/dia

RECOMENDAÇÕES:

1. PREPARO E HIGIENE: esta dieta deve ser preparada com o máximo de cuidado para evitar contaminação. Lave com água e sabão e enxágüe adequadamente todos os utensílios utilizados no preparo e administração das dietas (ex: panelas, tigelas, copos, talheres, etc.).
 - Use somente água filtrada ou fervida.
 - A seringa deverá ser lavada e enxaguada em água corrente para ser utilizada.
 - A seringa ou frasco deverão ser desprezados diariamente, para evitar risco de contaminação.
 - As hortaliças e frutas deverão ser lavadas em água corrente e colocadas em imersão de água clorada por 30 minutos antes de prepará-las.

2. ARMAZENAMENTO: a sopa deverá ser sempre guardada em vasilha tampada, dentro da geladeira e utilizada no mesmo dia. As demais preparações deverão ser preparadas no momento de servir.

3. ADMINISTRAÇÃO: quando for utilizada a sopa, misturar a preparação e retirar apenas a quantidade necessária e aquecer em banho-maria.
 - Coloque a dieta no frasco ou na seringa em temperatura morna ou ambiente, administre devagar.
 - Após a administração da dieta passe pelo menos $\frac{1}{2}$ copo de água fervida ou filtrada na sonda.

OBS:

- Prepare as dietas diariamente e não aproveite as sobras.
- O seguimento rigoroso das recomendações e quantidades estabelecidas garantem o sucesso do tratamento.