

## ORIENTAÇÃO NUTRICIONAL - DIETA LÍQUIDA SEM RESÍDUOS

**Indicação:** infecções graves, diarreia aguda, pré e pós-operatórios do trato gastrointestinal, preparo de exames, início de alimentação via oral, etc.

### ALIMENTOS A SEREM EVITADOS:

- ▶ Todos os pães, cereais, arroz, e massas.
- ▶ Feijão, lentilha, grão de bico, ervilha.
- ▶ Abacate, manga e outros que produzam sucos escuros.
- ▶ Leite e derivados.
- ▶ Ovos, carnes, aves, peixes em geral.
- ▶ Doces concentrados (geléia, goiabada, marmelada).

### ALIMENTOS PERMITIDOS:

- ▶ Caldos e sucos coados de verduras e legumes.
- ▶ Sucos coados de frutas que produzam sucos claros.
- ▶ Caldo de carne, frango sem gordura.
- ▶ Óleo de soja, milho, girassol e margarina em pequenas quantidades.
- ▶ Gelatina, chá mate, preto ou de ervas.

### RECOMENDAÇÕES:

- ▶ No caso de não haver progressão da dieta, é recomendada a introdução de suplementos contendo baixa quantidade de resíduos.
- ▶ Monitorar a quantidade de ingestão de líquidos para evitar a desidratação.
- ▶ Os alimentos com alta concentração de açúcares, eletrólitos e aminoácidos podem causar problemas gastrointestinais, portanto devem ser introduzidos com cautela na dieta.

### OBSERVAÇÃO:

- ▶ Por ser uma dieta muito restrita e inadequada em todos os nutrientes, não deve ser utilizada por mais de 3 dias, exceto com acompanhamento e com uso de suplemento adequado.

### EXEMPLO DE CARDÁPIO

Refeição	Alimento
Desjejum	Chá de ervas + suco de laranja coado
Lanche	Suco de maracujá coado
Almoço	Sopa liquidificada e coada de caldo de frango e verduras e legumes Gelatina
Lanche	Suco de laranja coado
Jantar	Sopa liquidificada e coada de caldo de carne e verduras e legumes Gelatina
Ceia	Chá de ervas