

DIETA EN EL PACIENTE CON INSUFICIENCIA RENAL



HIDRATOS DE CARBONO: PRIORIDAD A LOS COMPLEJOS

LÍPIDOS: PRECAUCIÓN AG SATURADOS Y COLESTEROL. PREFERENCIA AG INSATURADOS

PROTEÍNAS: EN ESTADÍOS 1-4 DIETA CONTROLADA EN PROTEÍNAS (0,6-0,8 G/KG PESO/ DÍA). EN HEMODIÁLISIS Y DIÁLISIS PERITONEAL AUMENTAR A (1,5 G/KG PESO/DÍA)

POTASIO



1 pieza de fruta cruda/ día + 1 pieza fruta cocida o en almíbar/día
Legumbres máximo dos veces/ semana
Precaución con frutos secos, chocolate...
Conservas sin el jugo
Técnicas culinarias: remojo, doble cocción y verdura congelada

SODIO



No sal de mesa
Condimentar con otras especias
Pan sin sal
No alimentos precocinados ni procesados

CALCIO



1 vaso de leche /día. Mejor de soja o almendra
2 - 3 lácteos por semana
Precaución con la yema de huevo, la clara tiene menos fósforo
Puede precisar suplementos de calcio

LÍQUIDOS



Líquidos/día: orina 24 h + 500 cc
↑ Líquidos si sudoración, vómitos o diarrea
Verduras: Saltear antes de hervir
Agua no muy fría (no sacia la sed)
Todos los alimentos en menor o mayor medida tienen líquido
Realizar ejercicio físico

Autores: Aidén Sánchez Rodríguez, Raquel Alonso Castronuño, Marta del Río Gil, Ángela Sotelo Hernández, Mario Roncero Rodríguez y Patricia Turrión Martín.
Residentes de Enfermería Familiar y Comunitaria de U.D de Salamanca.

