



### ADAPTAR

La dieta en el paciente con disfagia es fundamental para prevenir la desnutrición, deshidratación y aspiración



## DIETAS DE CONSISTENCIA ADAPTADA PARA EL PACIENTE CON DISFAGIA

| DIETA DE CONSISTENCIA LÍQUIDA   |   |  |
|---|---|--|
| DESAYUNO  | MEDIA MAÑANA  | COMIDA   |
| <p><b>Leche con cereales en polvo</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 200cc (un vaso) de leche entera</li> <li>• 5g (una cucharadita de postre) de miel</li> <li>• 20g (5 cucharadas soperas colmadas) cereales infantiles en polvo</li> </ul> | <p><b>Zumo de naranja con helado de vainilla</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 200cc de zumo de naranja (1 vaso)</li> <li>• 100g de helado de vainilla (1 bola)</li> </ul> | <p><b>Gazpacho</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 200cc de gazpacho (1 vaso)</li> </ul> <p><b>Batido de fresa y limón</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 200cc de dieta completa hipercalórica-normoproteica sin fibra sabor fresa (1 botella)</li> <li>• 100g de fresas</li> <li>• 80cc de zumo de naranja natural (1 unidad pequeña)</li> <li>• 40g de azúcar (4 cucharadas soperas)</li> <li>• 60cc de nata (1/2 vaso)</li> <li>• 10cc de zumo de limón (2 cucharadas de postre)</li> </ul> |





### ADAPTAR

La dieta en el paciente con disfagia es fundamental para prevenir la desnutrición, deshidratación y aspiración

Mejorar la recuperación es  
Nutrición Emocional



## DIETAS DE CONSISTENCIA ADAPTADA PARA EL PACIENTE CON DISFAGIA

| DIETA DE CONSISTENCIA LÍQUIDA  |  |  |
|--|--|--|
| MERIENDA   | CENA   | RECENA   |
| <p><b>Yogur líquido</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>100cc de yogur líquido (un envase comercial o medio vaso de yogur)</li> </ul> | <p><b>Caldo de pescado</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>200cc (un vaso) de caldo de pescado</li> </ul> <p><b>Batido de vainilla y melocotón</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>200cc de dieta completa hipercalórica-normoproteica sin fibra sabor vainilla (1 botella)</li> <li>75g de melocotón previamente cocido (1/2 unidad mediana)</li> <li>125g de yogur natural (1 unidad)</li> <li>10g de azúcar (2 cucharadas de postre)</li> <li>50cc de leche entera (1/4 de vaso)</li> </ul> | <p><b>Un vaso de leche con miel</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>200cc de leche entera (1 vaso)</li> <li>5g de miel (1 cucharada de postre)</li> </ul> |



**ADVERTENCIA:** Esta dieta debe ser revisada y comentada con su médico, enfermera o dietista de referencia. En ningún caso sustituye ni equivale a sus indicaciones puesto que son ejemplos generales que no tienen en cuenta la situación clínica ni las necesidades específicas del paciente.

