



MI PAUTA NUTRICIONAL

El producto que me han indicado es...

Fresubin®
Original
DRINK



Fresubin®
Energy
DRINK



Fresubin®
Energy Fibre
DRINK



Fresubin®
Protein Energy
DRINK



Fresubin®
2 kcal
DRINK



Fresubin®
2 kcal Fibre
DRINK



Fresubin®
Thickened
DRINK



Fresubin®
YoDrink
DRINK



Fresubin®
Jucy
DRINK



Diben®
DRINK



Fresubin®
Renal
DRINK



Supportan®
DRINK



Survimed®
OPD
DRINK



Survimed®
OPD 1.5 kcal
DRINK



Tengo que tomar

envases al día

Si le han indicado **Fresubin® Protein Powder** (módulo de proteína en polvo), el número de cacitos que debe consumir al día son:



Registro del peso corporal:

SEMANA	SEM 1	SEM 2	SEM 3	SEM 4	SEM 5	SEM 6	SEM 7	SEM 8
FECHA								
PESO (kg)								

Si en una semana se pesa más de una vez, puede hacer una media de todos los registros de dicha semana, y anotar aquí el resultado.

RECOMENDACIONES



1

¿Qué debo saber sobre los soportes nutricionales y módulos?

- Asegúrese de almacenar el soporte nutricional en lugar fresco y seco. Nunca lo deje expuesto al sol o en lugares con altas temperaturas.
- Los soportes nutricionales se pueden congelar sin que se modifiquen sus propiedades nutricionales.
- Los soportes nutricionales se pueden calentar, pero nunca deben llegar a hervir porque nutrientes como las vitaminas, minerales y proteínas perderían su efectividad.
- Para calentarlos al baño maría o al microondas, puede poner la cantidad que vaya a consumir en un vaso o una taza, y calentarlos como máximo durante 30 segundos.
- Si el soporte nutricional no se consume en su totalidad, deberá cerrarlo y conservarlo en nevera como máximo durante 24 horas.
- Si su médico, enfermera o dietista le ha indicado **Fresubin® Protein Powder**, debe saber:
 - Se trata de un **módulo de proteína** en polvo de sabor neutro que puede mezclar con todo tipo de líquidos (leche de cualquier clase, zumos, infusiones, caldos) y alimentos semisólidos (yogur, cremas, triturados, purés).
 - Por favor, tenga en cuenta que los cacitos de proteína en polvo deben ser añadidos una vez que el alimento (por ejemplo, un caldo) ya ha sido preparado.



2

¿Cómo debo tomar el soporte nutricional?

- Agitar el soporte nutricional antes de consumir.
- Evitar consumir el soporte nutricional rápidamente, mejor a pequeños sorbos y despacio porque lo tolerará mejor.



3

¿Cuándo puedo tomar el soporte nutricional o el módulo?

- A lo largo del día, pero evite consumirlo justo antes de las comidas principales (comida-cena) para evitar que le quite el apetito. Recuerde que el soporte nutricional es un aporte extra en su alimentación habitual.
- En el caso que le hayan recetado el **módulo Fresubin® Protein Powder**, puede mezclarlo con los alimentos y tomarlo durante las comidas.



4

¿Qué puedo hacer si me cuesta tomar el soporte nutricional porque no tengo apetito?

- Intente repartirlo a lo largo del día. Por ejemplo: Si le han indicado dos botellas de soporte nutricional al día, puede repartirlas en: ½ botella a media mañana, ½ botella como postre después de comer, ½ botella para merendar y ½ botella como postre después de cenar.
- Si el soporte nutricional es de sabor vainilla puede mezclarlo con un poco de café o cacao y convertirlo en parte de su desayuno o merienda.
- Si el soporte nutricional es de otros sabores puede mezclarlo con leche o yogur y frutas para convertirlo en un batido y tomarlo a media mañana o como parte de la merienda.
- Puede congelar el soporte nutricional y tomarlo en forma de helado como postre de la comida, cena o en otro momento del día.
- Puede congelar el soporte nutricional en una cubitera y añadir varios cubitos a un vaso de leche. Le ayudará a consumir la cantidad que le han recomendado a lo largo del día.
- Puede añadir hielo picado al soporte nutricional. Consumir el suplemento frío le ayudará en casos de dolor oral o llagas en la boca.
- Otra recomendación es tomar el soporte nutricional después de hacer cualquier tipo de ejercicio o deporte, incluido el andar. En ese momento seguramente tendrá más apetito, y además el ejercicio mejorará su movilidad, su estado de ánimo y la efectividad del suplemento.
- Existen recetarios que combinan alimentos naturales con soportes nutricionales para que pueda variar su tratamiento nutricional y evitar el cansancio y la monotonía.
- Su médico, farmacéutico, enfermera o dietista tiene estos recetarios disponibles en la página web <https://www.nutricionemocional.es/recursos-para-pacientes>.
- Consúltele si el soporte nutricional que le han indicado tiene un recetario asociado y si considera conveniente su uso.
- Si no le gusta el sabor que le han prescrito o simplemente quiere cambiarlo, puede contactar con su médico para que le ofrezca otros sabores. Así como la opción del sabor neutro para que pueda mezclarlo con sus platos favoritos.



5

En caso de duda contacte con

- PROFESIONAL SANITARIO:
- SERVICIO:
- TELÉFONO CONTACTO:

