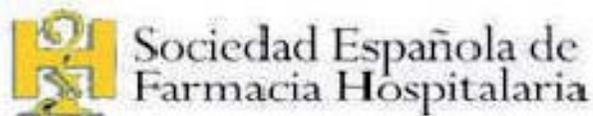


57

CONGRESO NACIONAL  
DE LA SOCIEDAD ESPAÑOLA DE FARMACIA  
HOSPITALARIA

BILBAO DEL  
2 AL 5 DE OCTUBRE  
DE 2012



Sociedad Española de  
Farmacia Hospitalaria



*Son Llätzer*  
HOSPITAL

# Formación de Técnicos Superiores en Dietética: Tutoría desde un Servicio de Farmacia



Miercoles, 3 de Octubre de 2012

Juan Carlos Pérez Pons  
Servicio Farmacia  
Hospital Son Llätzer  
Palma Mallorca (Baleares)

# Un poco de historia.....

- 2010: contacto.
  - 2 alumnos/as.
  - Requisitos.
  - Borrador prácticas: planificación.
  - Convenio Hospital-Centro Formación Profesional.
- 2011: 1ª promoción
- 2012: 2ª promoción
- 2013: ya vamos por la tercera.

.....Oportunidad



CONGRESO NACIONAL  
DE LA SOCIEDAD ESPAÑOLA DE FARMACIA  
HOSPITALARIA

BILBAO DEL  
2 AL 5 DE OCTUBRE  
DE 2012

# Técnicos Superiores en Dietética: ¿Qué es esto?

- Programa Formativo: 2000 h (400 h prácticas)
  - Dietética
  - Nutrición Clínica
- Funciones
- Competencias

Diplomado/a Dietética ≠ TSD

Autonomía

Supervisión

“Es el profesional de la salud formado y capacitado para gestionar todo lo relacionado con el campo de los alimentos y la nutrición del paciente”



# Marco legislativo



- RD 536/95 por el que se establece el título y las enseñanzas mínimas.
  - Competencia
  - Capacidad
- RD 548/95 por el que se establece el currículo del ciclo formativo.
  - 10 Módulos teóricos: 1600 h
  - 1 Módulo práctico : 400 h (3 meses)
- Comunidades Autónomas.
  - Servicio Andaluz de empleo. Técnico en dietética y nutrición.
  - ¿Otras Comunidades Autónomas?



# Docencia en el Servicio de Farmacia

- Convenio entre empresas.
  - Gerencia Hospital
  - Academia FP
- Programa formativo ciclo FP
  - Profesor: tutor.
  - Directora centro.
- Programa formativo hospital.
  - Tutor: Servicio Farmacia
  - Colaboración: Dietista Hospital
  - Dirección de enfermería.



# Funciones y Competencias

- Historia dietética de pacientes.
- Somatometría: antropometría.
- Obtener/Registrar datos analíticos.
- Cálculo de energía.
- Elaborar alternativas nutricionales.
- Información al paciente.
- Investigación.



# Competencias específicas

- Evaluar las necesidades de intervención de cada paciente.
- Interpretar información científico-técnica.
- Conocer la calidad higiénico-dietética de los alimentos.
- Elaborar dietas adaptadas.
- Supervisar los alimentos.
- Diseñar y organizar actividades preventivas y de promoción de la salud.



# Definición

<https://wcm.coe.int/rsi/CM/index.jsp>

COUNCIL OF EUROPE  
COMMITTEE OF MINISTERS

## **Resolution ResAP(2003)3 on food and nutritional care in hospitals**

*(Adopted by the Committee of Ministers on 12 November 2003  
at the 860th meeting of the Ministers' Deputies)*

“ Personal sanitario responsable de diseñar el plan nutricional del paciente, así como de evaluar cambios en las necesidades energético-proteicas en relación con la evolución del estado nutricional.”



CONGRESO NACIONAL  
DE LA SOCIEDAD ESPAÑOLA DE FARMACIA  
HOSPITALARIA

BILBAO DEL  
2 AL 5 DE OCTUBRE  
DE 2012

# Programa Formativo Prácticas HSLL

- Historia dietética
- Cribado nutricional
- Valoración nutricional
- Diseño dietas específicas
- Conocimiento/Manejo dietas hospitalarias
- Conocimiento/Manejo nutrición artificial
- Recomendaciones nutricionales
- Funcionamiento cocina del hospital
- Interpretación resultados (cuestionarios, analíticas, antropometría, etc)



# Calendario Prácticas: 3 meses

- **Cocina Hospital: 4 semanas**
  - Funcionamiento/Organización
  - Dietas hospitalarias
  - Conservación/Manipulación alimentos.
  - Calidad alimentaria
- **Servicio Farmacia: 8 semanas**
  - Teoría: 1 semana
    - Cribado y Valoración nutricional
    - Nutrición Artificial
    - Interpretación de resultados (analíticas y cuestionarios)
  - Pase de visita: 7 semanas.



# Planificación de las prácticas

- Cocina del hospital: Dietista.
- Formación teórico-clínica.
  - Bibliografía: guidelines, Alastrué,...
  - Cuestionarios: NRS2002, MNA, EAT10, VGS, Kidmed...
- Integración en el Soporte Nutricional
  - Servicio Digestivo
  - Servicio Medicina Interna
  - Servicio Oncología/Hematología
  - Servicio Cirugía
  - UCI
- Investigación:
  - PREDESEM
  - Publicaciones



# Material

- Software:
  - Faes: [www.programadietasfaes.com](http://www.programadietasfaes.com)
  - Dietsource: [www.nestle-nutrition.com](http://www.nestle-nutrition.com)
  - [www.globalrph.com/nutrition\\_section.htm](http://www.globalrph.com/nutrition_section.htm)
- Cinta Métrica
- Lipocaliper
- Balanza
- Dinamómetro
- Cuestionarios
- Algoritmos de actuación



# El día a día.....

- 8:00h-9:00h: Servicio Farmacia
  - Listado de pacientes del día.
  - Nuevos ingresos.
  - Soporte Nutricional de pacientes activos.
- 9:00-13:00h: Plantas de Hospitalización.
  - Cribado Nutricional.
  - Soporte Nutricional
- 13:00-14:00h: Plantas de hospitalización.
  - Recomendaciones nutricionales al alta.
- 14:00-15:00h: Servicio Farmacia
  - Registro de datos.



# Agenda de hospitalización

## Criterios de la Agenda de Hospitalización

Servicio   

Médico   

[→Aceptar](#)



## Agenda de Hospitalización

	Unenf.	Serv.	Cama	Fecha	Paciente	Edad	N.H.C.	Sexo	Diagnóstico
<input type="checkbox"/>	H3A	DIG	307-1	23/09/12 17:59		62 años		♂	primera descompensacion hidropica: edemas + ascitis
<input type="checkbox"/>	H4A	DIG	405-1	23/09/12 20:07		54 años		♂	colangitis aguda
<input type="checkbox"/>	H4B	DIG	421-2	23/08/12 18:25		45 años		♂	pancreatitis aguda
<input type="checkbox"/>	H4B	DIG	423-1	20/09/12 18:49		34 años		♀	cpre
<input type="checkbox"/>	H4B	DIG	423-2	11/09/12 17:47		52 años		♀	hemorragia digestiva alta.
<input type="checkbox"/>	H4B	DIG	424-1	21/09/12 07:21		67 años		♂	hepatocarcinoma diseminado
<input type="checkbox"/>	H4B	DIG	424-2	23/09/12 17:56		49 años		♂	ampulietomia.
<input type="checkbox"/>	H4B	DIG	426-1	18/09/12 17:56		78 años		♂	tumor de vias biliares ().
<input type="checkbox"/>	H4B	DIG	427-2	21/09/12 21:24		69 años		♂	encefalopatia hepatica grado i. posible sindrome hepatorenal.
<input type="checkbox"/>	H4B	DIG	428-2	19/09/12 17:26		52 años		♂	pseudoquiste pancreatico. pancreatitis cronica
<input type="checkbox"/>	H4B	DIG	429-1	16/09/12 13:48		56 años		♂	pancreatitis aguda de probable origen enolico
<input type="checkbox"/>	H4B	DIG	429-2	05/09/12 19:56		51 años		♂	pancreatitis aguda necrotizante
<input type="checkbox"/>	H4B	DIG	430-2	23/09/12 20:35		39 años		♀	hepatitis a estudio.
<input type="checkbox"/>	H4B	DIG	431-1	13/09/12 20:24		52 años		♂	colostasis en paciente portador de protesis biliar y pancreatitis cronica
<input type="checkbox"/>	H4B	DIG	431-2	18/09/12 19:40		39 años		♂	ictericia obstructiva
<input type="checkbox"/>	H4B	DIG	432-1	18/09/12 19:11		38 años		♂	diarreas a estudio
<input type="checkbox"/>	H4B	DIG	432-2	19/09/12 13:33		58 años		♂	ictericia obstructiva.sospecha de colangiocarcinoma
<input type="checkbox"/>	H4B	DIG	435-1	08/08/12 20:52		89 años		♀	demencia. disfagia neurologica



CONGRESO NACIONAL DE LA SOCIEDAD ESPAÑOLA DE FARMACIA HOSPITALARIA

BILBAO DEL 2 AL 5 DE OCTUBRE DE 2012



Fundación Hospital Son Llatzer



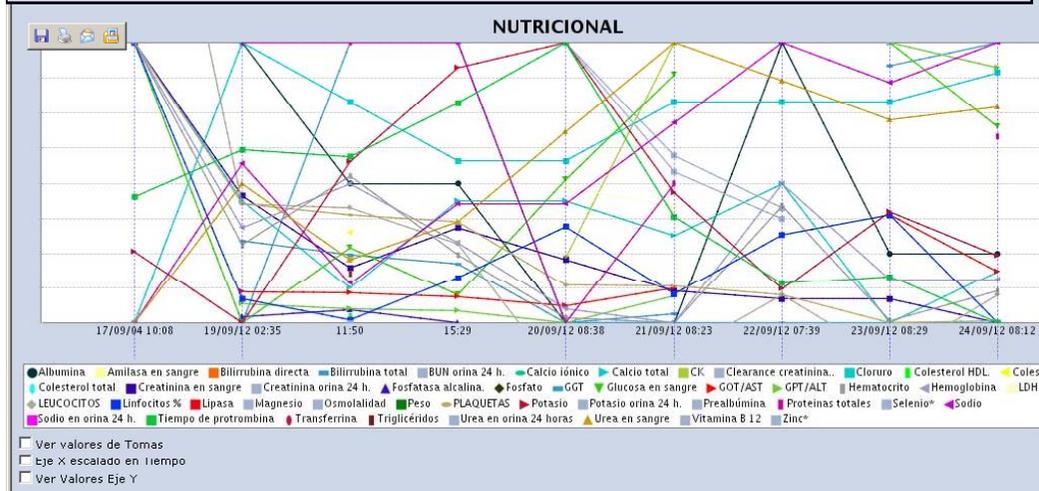
LOCALIZACION DE TRATAMIENTOS

Descripción	Camara	Historia	Paciente	Inicio	Dosis	Unidad	F.F	Vía	Descripción	Dosis	Desde	SP
<b>NUTRICION ENTERAL HIPERPROTEICA FIBRA(2-1362)</b>	<a href="#">316-1</a>			12-09-2012	1.500,000ML		FLASCO PLASTIOR		Cada 24h (8h)	30,000	Farmacia	<input type="checkbox"/>
	<a href="#">317-1</a>			18-09-2012	1.500,000ML		FLASCO PLASTIOR		Cada 24h (8h)	16,000	Farmacia	<input type="checkbox"/>
	<a href="#">UCI-01</a>			20-09-2012	1.500,000ML		FLASCO PLASTISN		DESAYUNO	10,000	Farmacia	<input type="checkbox"/>
	<a href="#">UCI-18</a>			20-09-2012	500,000ML		FLASCO PLASTIOR		Cada 24h (8h)	7,000	Farmacia	<input type="checkbox"/>
	<a href="#">UCI-20</a>			13-09-2012	1.500,000ML		FLASCO PLASTISN		DESAYUNO	25,000	Farmacia	<input type="checkbox"/>
<b>Total NUTRICION ENTERAL HIPERPROTEICA FIBRA(2-1362)</b>												
<b>NUTRICION PARENTERAL INDIVIDUALIZADA (2-1377)</b>	<a href="#">236-1</a>			17-09-2012	1.750,000ML		NP	IV	Cada 24h (16h)	9,000	Planta	<input type="checkbox"/>
	<a href="#">UCI-02</a>			21-09-2012	1.800,000ML		NP	IV	Cada 24h (16h)	4,000	Planta	<input type="checkbox"/>
	<a href="#">UCI-04</a>			14-09-2012	1.400,000ML		NP	IV	Cada 24h (16h)	12,000	Planta	<input type="checkbox"/>
	<a href="#">UCI-17</a>			23-09-2012	1.800,000ML		NP	IV	Cada 24h (16h)	1,000	Planta	<input type="checkbox"/>
<b>Total NUTRICION PARENTERAL INDIVIDUALIZADA(2-1377)</b>												
<b>NUTRICION PARENTERAL PERIFERICA (AMINOVEN) 1000 ML(2-470)</b>	<a href="#">326-2</a>			21-09-2012	1.000,000ML		FRASCO VIDRIO IV		Cada 12h (8h)	10,000	Farmacia	<input type="checkbox"/>
	<a href="#">434-1</a>			20-09-2012	1.000,000ML		FRASCO VIDRIO IV		Cada 12h (8h)	12,000	Farmacia	<input type="checkbox"/>
<b>Total NUTRICION PARENTERAL PERIFERICA (AMINOVEN) 1000 ML(2-470)</b>												
<b>NUTRICION ENTERAL DIABETICA 500 ML(2-790)</b>	<a href="#">165-1</a>			21-09-2012	500,000ML		FRASCO PLASTIOR		Cada 24h (16h)	7,000	Farmacia	<input type="checkbox"/>
<b>Total NUTRICION ENTERAL DIABETICA 500 ML(2-790)</b>												
<b>NUTRICION ENTERAL FIBRA 1000ML.(2-299)</b>	<a href="#">UCI-04</a>			20-09-2012	500,000ML		FRASCO PLASTISN		Cada 24h (8h)	6,000	Farmacia	<input type="checkbox"/>
<b>Total NUTRICION ENTERAL FIBRA 1000ML.(2-299)</b>												
<b>NUTRICION ENTERAL HIPERPROTEICA 500ML.(2-510)</b>	<a href="#">421-2</a>			06-09-2012	2.000,000ML		FRASCO PLASTIOR		Cada 24h (8h)	87,000	Farmacia	<input type="checkbox"/>
<b>Total NUTRICION ENTERAL HIPERPROTEICA 500ML.(2-510)</b>												
<b>NUTRICION PARENT. TOTAL 2000 KCAL.</b>	<a href="#">UCI-18</a>			21-09-2012	1.500,000ML		VIAFLEX	IV	Cada 24h (16h)	4,000	Farmacia	<input type="checkbox"/>



CONGRESO NACIONAL DE LA SOCIEDAD ESPAÑOLA DE FARMACIA HOSPITALARIA

BILBAO DEL 2 AL 5 DE OCTUBRE DE 2012



Consulta Paciente  
 Aplicación Organización Paciente Ayuda

**Plan**  
 Personal Clínico: Esparza Herrero, Ana  
 Fecha inicio: 12/09/12 18:21  
 Tipo plan: Individualizados  
 Ult. Modificación: 21/09/12 07:53

**Paciente**  
 429-2  
 Historia: 41478  
 Sexo: Hombre  
 Diagnóstico: PANCREATITIS AGUDA NECROTIZANTE

Plan actual Planes Constantes y Líquidos Agenda Conf Medicación Comentarios Valoración

Gráfica Otras tomas Acumulados Tabla balances

Constantes no gráficas y líquidos:	23/09/2012 17:09	23/09/2012 17:49	23/09/2012 21:34	24/09/2012 06:54	24/09/2012 08:17	24/09/2012 08:57
<b>Constantes no gráficas:</b>						
Tensión Sistólica	106	-	-	-	101	-
Tensión Diastólica	67	-	-	-	59	-
Frecuencia Cardíaca Fetal	-	-	-	-	68	-
Saturación O2	-	95	-	-	-	96
Nº de Deposiciones	-	-	-	-	-	-
Nº de Vómitos	-	-	-	-	-	-
Peso	-	-	-	-	-	77,600
Talla	-	-	-	-	-	-
<b>Líquidos de salida:</b>						
Diuresis: SV/BOTE/SUPR	-	-	800	600	-	-

HP-HCIS // Perez Pons, Juan Carlos - FAR - FAR - Microsoft Internet Explorer

Archivo Edición Ver Favoritos Herramientas Ayuda

Dirección: http://svw2as01.fhsonlatzer.int:7777/hphis/doctor/principal\_FH5LL.jsp?contenido=PantallaPedidosVistaPeticones.jsp%3Fnumerohc=169391%26conexion=FH5LL%2

## Análisis de rejilla

**Criterios de búsqueda**  
 Especialidad: FARMACIA    Análisis Rej: NUTRICIONAL    Episodio:

Del  al      Últimas 10 transacciones.

Ver hora de la transacción     Ver unidades     Ver observaciones clínicas sin valor

Resultados:  **Buscar**

**Ver gráfica**

**Análisis de rejilla: NUTRICIONAL**

Observaciones clínicas	17/09/04 10:08	19/09/12 02:35	19/09/12 11:50	19/09/12 15:29	20/09/12 08:38	21/09/12 08:23	22/09/12 07:39	23/09/12 08:29	24/09/12 08:12
Albumina (g/dl)		2,40	2,20	2,20	2,00	2,00	2,40	2,10	2,10
Amilasa en sangre (U/L)			42						
Amonio (micromol/L)									
Bilirrubina directa (mg/dl)			0,2						
Bilirrubina total (mg/dl)		0,2	0,3	0,3	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2
BUN orina 24 h. (g/24 h.)									
Calcio iónico (mmol/l)			1,25						
Calcio total (mg/dl)	9,1	8,2	7,7	8,2	8,2	8,0	8,3	7,5	7,8
CK (U/L)			53		53	92			41
Clearance creatinina. (ml/minuto)					147,7	126,9	117,2		95,8
Cloruro (mEq/l)	101,5	111,0	109,0	107,0	107,0	109,0	109,0	109,0	110,0
Colesterol HDL. (mg/dl)			22						
Colesterol LDL. (mg/dl)			52						
Colesterol total (mg/dl)		94	88						
Creatinina en sangre (mg/dl)	0,80	0,61	0,52	0,57	0,53	0,49	0,48	0,48	0,45
Creatinina orina 24 h. (mg/24 h.)					1127,6	895,32	810,40		620,96
Fosfatasa alcalina. (U/L)		76	77	75				117	
Fosfato (mg/dl)			3,10					3,10	



CONGRESO NACIONAL DE LA SOCIEDAD ESPAÑOLA DE FARMACIA HOSPITALARIA

BILBAO DEL 2 AL 5 DE OCTUBRE DE 2012

# Selección de pacientes

- Presenten incapacidad de cubrir todas sus necesidades nutricionales con alimentación oral o enteral.
- Nutrición Enteral.
- Suplementos  $\geq 7$  d
- Nutrición Parenteral Periférica  $\geq 5$  d
- Sueroterapia y/o dieta absoluta  $\geq 5$  d
- Nutrición domiciliaria: recomendaciones al alta.





# Otros algoritmos y cuestionarios:

- Cribado: NRS2002, MUST.
- Valoración Nutricional: VGS, MNA.
- Parámetros para diagnóstico desnutrición.
- Adherencia dieta mediterranea: Kidmed.
- Despistaje disfagia: EAT-10.
- Algoritmo manejo diarrea en NE.



**Table III**  
*Diagnostic parameter values of degrees of malnutrition*

	<i>Normal range</i>	<i>Mild malnutrition</i>	<i>Moderate malnutrition</i>	<i>Severe malnutrition</i>
BMI	18.5-25	17-18.4	16-16.9	< 16
Percentage of usual weight	>95%	94.9-85	84.9-75%	< 75%
% weight loss/Time				
1 week	< 1%	1-2%	2%	> 2%
1 month	< 2%	< 5%	5%	> 5%
2 months	< 3%	5%	5-10%	> 10%
3 months	< 7.5%	< 10%	10-15%	> 15%
Skin Fol. And other anthropometric measures	> p15	< p15	< p10	< p5
Albumin (g/dl)	3.6-4.5	2.8-3.5	2.1-2.7	< 2.1
Transferrin (mg/dl)	250-350	150-200	100-150	< 100
Prealbumin (mg/dl)	18-28	15-18	10-15	< 10
RBP (mg/dl)	2.6-7	2-2.6	1.5-2	< 1.5
NB	≥ +2 a +4	+2 A 0	0 a -5	> - 5
Lymphocytes (cells / mm <sup>3</sup> )	> 2,000	1,200-2,000	800-1,200	< 800
Cholesterol (mg/dl)	≥ 180	140-179	100-139	< 100
SGA	A	B	C	C
MNA	> 17	17-23.5	< 17	< 17

RBP: retinol-binding protein.

NB: nitrogen balance.

SGA: subjective global assessment.

MNA: mini nutritional assessment.

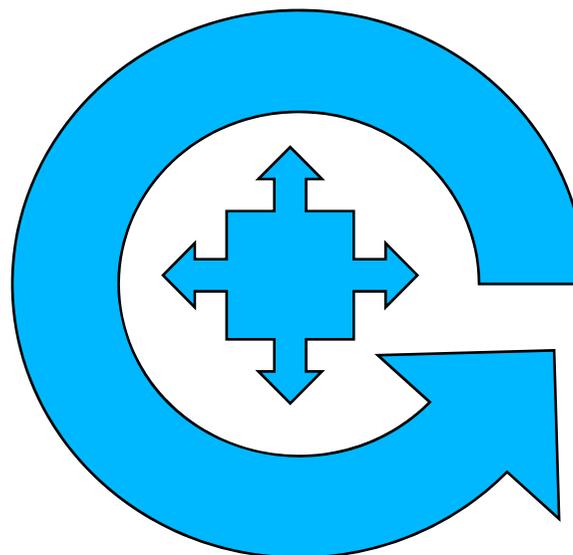
Diagnosis of malnutrition with at least 3 altered values (1 anthropometric, 1 visceral proteins, 1 biochemical) or SGA score (Subjective Global Assessment) in accordance with the screening test performed.



# Soporte Nutricional

Cribado  
Nutricional

Valoración  
Nutricional

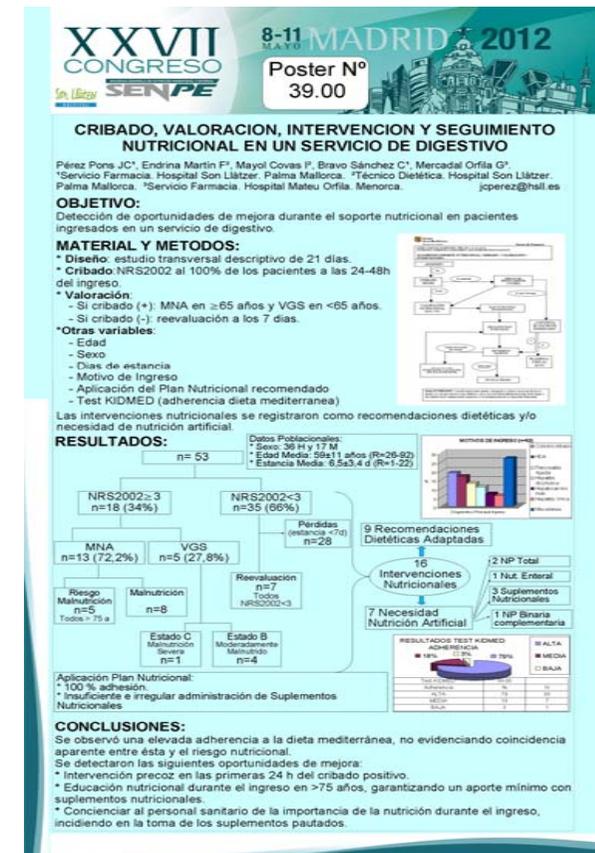


Alta

Seguimiento  
Nutricional

# Ventajas

- ResAp2003: cribado
- Mayor número de pacientes.
- Recogida de datos:
  - Publicaciones
  - Posters
  - Poblacionales
- Investigación: PREDESEM
- Reconocimiento académico.



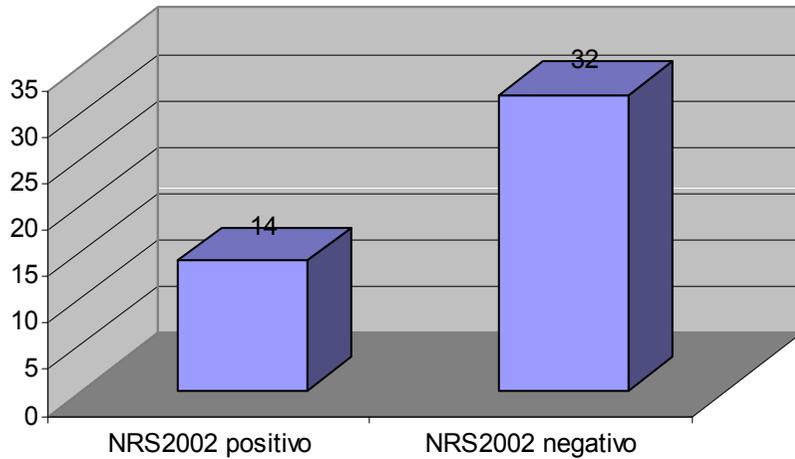
# Inconvenientes

- Tiempo de formación.
- Autonomía.
- Supervisión.
- Acceso a información del hospital.
- Delimitación de competencias y funciones solapados con otros servicios.

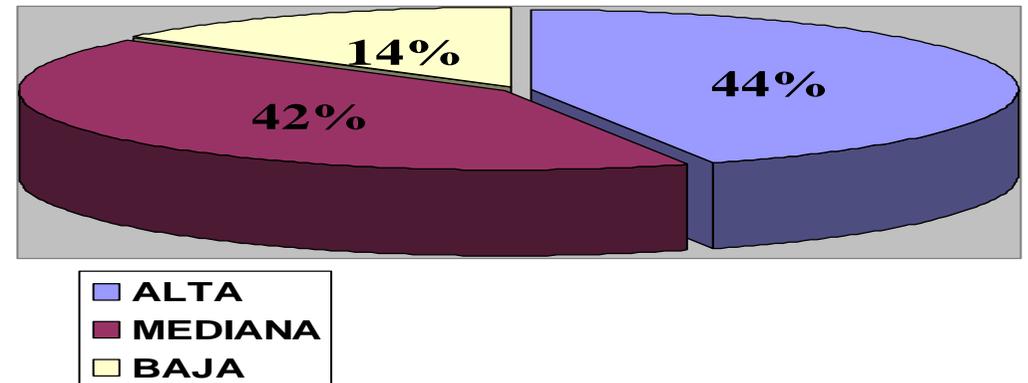
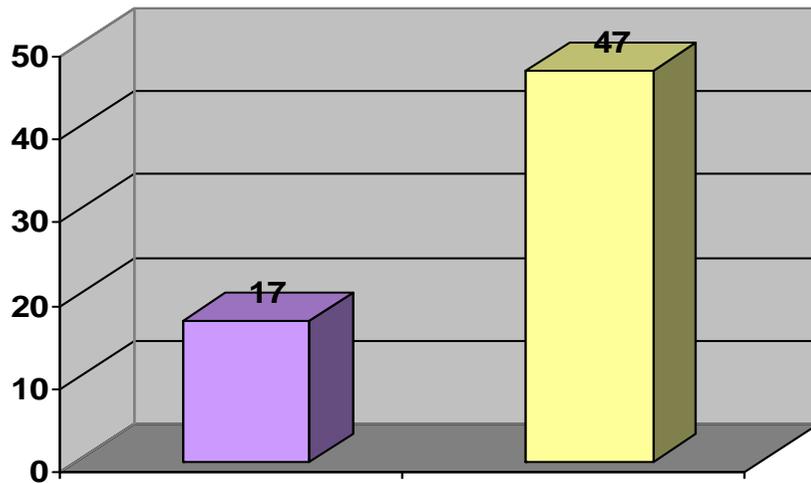
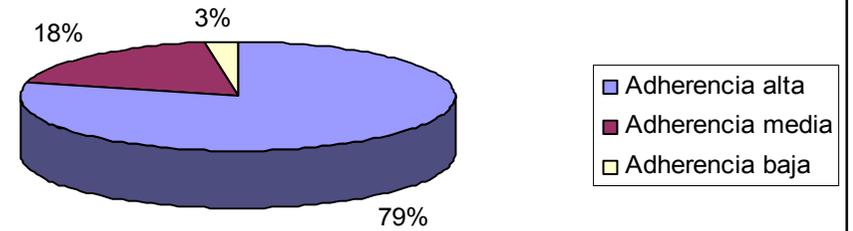


# Resultados

RESULTADOS CRIBADO NUTRICIONAL



RESULTADOS TEST KIDMED



**RIESGO**  
**SIN RIESGO**  
 CONGRESO NACIONAL  
 DE LA SOCIEDAD ESPAÑOLA DE FARMACIA  
 HOSPITALARIA

BILBAO DEL  
 2 AL 5 DE OCTUBRE  
 DE 2012

# Resultados

- Base de datos poblacionales (pliegues, CMB, etc)
- Artículos/Posters.
- Estudio PREDESEM.
- Plantillas de recomendaciones nutricionales:
  - Diabetes
  - Celiacos
  - Reflujo gastroesofágico
  - Colestasis crónica
  - Enfermedad de Crohn
  - Pancreatitis crónica
- Algoritmos actuación:
  - Diarrea asociada a NE.



## RECOMENDACIÓN DIETETICO-NUTRICIONAL

Paciente: Antonio Vázquez Pérez

Varón de 73 años ingresado por gastroparesia, reflujo gastroesofágico y vómitos incoercibles.

- Antecedentes de interés nutricional: gastrectomía Nódulo suprarrenal derecho (1,5 cm) no funcional (incidentaloma en TC diciembre 2011).

Según valores bioquímicos y antropométricos presenta una DESNUTRICIÓN leve al alta.

El objetivo del plan dietético es mejorar su estado nutricional con la finalidad de recuperar la pérdida de masa grasa y magra que ha padecido durante el último mes para obtener un estado general óptimo antes de la prevista intervención quirúrgica.

Se recomienda una **dieta ligeramente hipercalórica-hipertprotéica** de aproximadamente 1600-1800Kcal/día.

GET (Gasto Energético Total Estimado) =  $1400 \times 1,2 = 1600-1800$  kcal/día.

Debe seguir las siguientes recomendaciones hasta la próxima valoración nutricional.

### RECOMENDACIONES GENERALES ESPECÍFICAS

- Evitar las comidas copiosas. Es preferible comer menos cantidad y más veces (hacer 5-6 comidas al día).
  - Beber y comer relajadamente, tomándose su tiempo. Intente comer y masticar despacio, tragando poco aire durante las comidas
  - Beber de 1,5 a 2,5 L de agua al día
  - Es recomendable no fumar ni tomar alcohol
  - Evitar tomar alimentos muy fríos o muy calientes.
- Puede tomar productos lácteos y derivados desnatados.
- Puede tomar los siguientes productos de panadería: pan blanco, pan tostado, tostadas, biscotes, galletas tostadas, bizcochos y repostería casera (natillas, flanes de arroz, etc.).
- Se debe eliminar cualquier producto integral (pan integral, galletas integrales, cereales integrales, etc.), sobretodo durante el brote gastroesofágico.
- No tomar carnes duras ni fibrosas.

con 1 litro

**DIETA AL ALTA DURANTE UNA SEMANA (recomendación 1)**

	<b>DÍA 1°</b>	<b>DÍA 2°</b>	<b>DÍA 3°</b>	<b>DÍA 4°</b>	<b>DÍA 5°</b>	<b>DÍA 6°</b>	<b>DÍA 7°</b>
<b>DESAYUNO</b>	250ml de leche desnatada 40gr de pan blanco con 2 rodajas de tomate + aceite	250ml de leche desnatada, un biscote con mermelada sin azúcar y una pieza de fruta	250ml de zumo de manzana 2 biscotes con 50g de queso blanco y una cucharada de miel	250ml de leche desnatada con 5 galletas maria y una pieza de fruta 200gr	250ml de leche desnatada con 40g pan y mermelada sin azúcar. Una pieza de fruta 200gr	250ml de zumo de manzana con 5 galletas maria y queso blanco	250ml de leche desnatada un biscote con mermelada sin azúcar y una pieza de fruta
<b>MEDIA MAÑANA</b>	1yogur desnatado + 20 g almendras	40g de pan y 2 lonchas de jamón serrano	1yogur desnatado + una pera	1 cortado con 8 galletas de inca peq.	1yogur desnatado + 20 g almendras	40g de pan y 2 lonchas de jamón York o pavo	1 cortado con 8 galletas de inca peq. Y 2 ciruelas
<b>COMIDA</b>	<b>Primer plato:</b> Ensalada de pasta (100 g. de pasta, 50 . de atún al natural, 30 g. de tomate, 30 g. de cebolla y 30 g. de pimiento) <b>Segundo plato:</b> .100g de calamar a la plancha con una patata asada Pan →30g Postre: manzana	<b>Primer plato.</b> Potaje de alubias con verduras (90g. de alubias, 30 g. de col, 30g. de judía verde, 30 g. de zanahoria) <b>Segundo plato:</b> 100g de ternera con 100g de brócoli hervido Pan →30g Postre: flan	<b>Primer plato.</b> Puré de calabacín (2 calabacines 1 patata y 1 quesito). <b>Segundo plato:</b> 100 g de Pollo asado con 200gr de espinacas y piñones Pan →30g Postre: plátano	<b>Primer plato:</b> Lentejas con arroz(50g de lentejas, 30 g de arroz, 20 de tomate y 20 de zanahoria) <b>Segundo plato:</b> Conejo con cebolla( 100g de conejo, 100g. de cebolla, 80 g de patata) Pan →30g Postre: mousse de chocolate	<b>Primer plato.</b> Menestra de verdura (judías verdes, guisantes, zanahoria y acelgas, total 200g) <b>Segundo plato:</b> Lenguado al papillote (120 g. de lenguado + 1 tomate, media cebolla, 1 zanahoria y 30 g. de apio) Pan →30g Postre: flan	<b>Primer plato.</b> Ensalada de pasta (100 g. de pasta, 50 . de atún al natural, 30 g. de tomate, 30 g. de cebolla y 30 g. de pimiento) <b>Segundo plato:</b> 120 g. de ternera a la plancha con 100 g. de lechuga y 1 tomate a rodajas. : Pan →30g Postre: cuajada	<b>Primer plato:</b> Ensalada de garbanzos ( 90 g. de garbanzos, 50g. de cebolla, 50 g. de pimiento verde y 50g de pimiento rojo) - <b>Segundo plato:</b> 150 g. de mero al vapor con 200 g. de pimientos verdes asados Pan →30g Postre: natilla
<b>MERIENDA</b>	1 cortado con 8 galletas de inca peq. Y 2 ciruelas	Un yogur con cereales sin azúcar	1 cortado con 8 galletas de inca peq. Y 2 ciruelas	1yogur desnatado + 20 g almendras	40g de pan y 30g de queso blanco	1yogur desnatado + un melocotón	40g de pan y 2 lonchas de jamón serrano
<b>CENA</b>	<b>Primer plato:</b> Ensalada de tomate pepino y queso desnatado <b>Segundo plato:</b> tortilla francesa de 1	<b>Primer plato:</b> Sopa de pescado con 40 g de arroz <b>Segundo plato:</b> 150g de Lenguado con 2 cucharadas	<b>Primer plato:</b> Menestra de verdura (judías verdes, guisantes, zanahoria y acelgas, total	<b>Primer plato:</b> Sopa castellana (1 huevo, 10 g de jamón serrano, 20g de pan y 1 ajo)	<b>Primer plato:</b> Puré de calabaza (100g. de calabaza, 80 g. de patata y 80g. de cebolla)	<b>Primer plato:</b> . Ensalada de pimientos asados(100g pimiento rojo, 100da p.verde, 50	<b>Primer plato:</b> sopa de verduras con 30g de fideos  <b>Segundo plato:</b> -150 g. de pachuga

# Documentación

- [www.sefh.es](http://www.sefh.es) Comunidad de Nutrición.
- <http://www.todofp.es>
- [jcperez@hsl.es](mailto:jcperez@hsl.es)

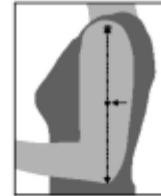
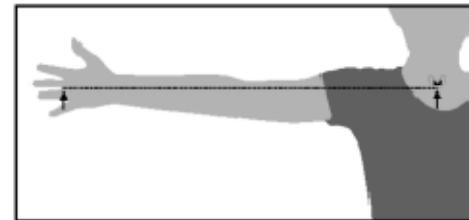
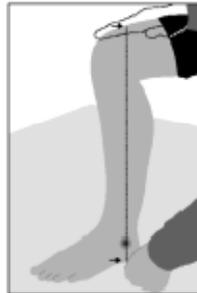
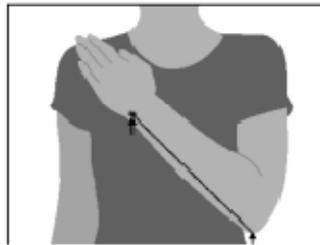


Fig. 1

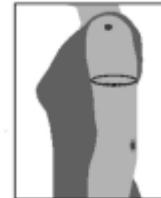


Fig. 2



57

CONGRESO NACIONAL  
DE LA SOCIEDAD ESPAÑOLA DE FARMACIA  
HOSPITALARIA

BILBAO DEL  
2 AL 5 DE OCTUBRE  
DE 2012