



**INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR DE
TURISMO Y HOTELERÍA**

CARRERA: Gastronomía

TEMA:

**“ANÁLISIS DEL MENÚ GASTRONÓMICO PARA
PERSONAS CON INSUFICIENCIA RENAL EN
TRATAMIENTO DIALÍTICO”**

Trabajo de grado previo a la obtención del título de
Tecnólogo en Gastronomía

Autor: Santiago Llumiquinga

Director:

Lcda. Paulina Dobronsky

QUITO – ECUADOR

2016

DEDICATORIA

A mis padres, a mi abuelita y a mis hermanas quienes me brindaron su apoyo a lo largo de mi carrera universitaria y a todos quienes de una u otra manera, colaboraron en la realización de mi proyecto integrador de grado.

AGRADECIMIENTO

A Dios, por darme fortaleza y sabiduría para llegar a culminar esta meta tan importante para mi vida.

A mis padres y hermanos por su apoyo durante esta etapa de mi vida que ha sido llena de sacrificios, pero que finalmente se ha culminado.

A la Clínica Unidad Renal Baxter por permitirme desarrollar la presente tesis y proporcionarme la información necesaria para la culminación de mi investigación, principalmente a la Dra. Mayra Avilés

A mi Directora de Tesis Lcda. Paulina Dobronsky por ser mi guía quien, ayudo en el desarrollo de mi proyecto integrador de grado, a todos los profesores quienes fueron parte de mi proceso de aprendizaje en la Institución.

AUTORÍA

Yo, SANTIAGO ANDRES LLUMIQUINGA GUALPA, autor del presente informe, me responsabilizo por los conceptos, opiniones y propuestas contenidos en el mismo.

Atentamente

SANTIAGO LLUMIQUINGA

Quito, 06 de octubre del 2015

Índice de Contenidos

| | |
|---|-----------|
| INTRODUCCIÓN | 12 |
| 1. Nombre del proyecto | 13 |
| 2. Marco contextual – Antecedentes | 13 |
| 3. Definición del problema | 14 |
| 4. Idea a defender | 15 |
| 5. Objeto de estudio y campo de acción | 16 |
| 6. Justificación | 16 |
| 7. Objetivos | 18 |
| 7.1 Objetivo General | 18 |
| 7.2 Objetivos Específicos | 18 |
| 8. Marco Teórico | 18 |
| 9. Universo y muestra | 21 |
| 10. Metodología | 22 |
| 11. Métodos de investigación | 22 |
| 12. Técnicas de investigación | 22 |
| 13. Síntesis de la introducción | 23 |
| 1.1 Clasificación de los Estadios de la Insuficiencia Renal | 24 |
| 1.1.2 Insuficiencia Renal Aguda | 24 |
| 1.1.3 Síntomas | 24 |
| 1.1.4 Diagnóstico | 25 |
| 1.1.5 Pronóstico y tratamiento | 25 |
| 1.2 Insuficiencia Renal Crónica | 26 |
| 1.2.1 Síntomas | 27 |
| 1.2.2 Diálisis | 28 |
| 1.2.3 Hemodiálisis | 29 |
| 1.2.4 Diálisis Peritoneal | 30 |
| 1.3 Trasplante de riñón | 32 |
| 1.3.1 Beneficios | 32 |
| 1.3.2 Riesgos | 33 |
| 1.4 Dieta para pacientes con Insuficiencia Renal en Tratamiento Dialítico | 34 |
| 1.4.1 Potasio | 36 |

| | |
|---|-----------|
| 1.4.2 Plátano | 37 |
| 1.4.3 Chirimoya: | 38 |
| 1.4.4 Patata o papas: | 38 |
| 1.4.5 Repollo crespo: | 38 |
| 1.4.6 Aguacate | 39 |
| 1.4.7 Espinaca: | 39 |
| 1.4.8 Acelga | 39 |
| 1.5 Fosforo | 39 |
| 1.5.1 Quesos | 39 |
| 1.5.2 Sardinas | 39 |
| 1.5.3 Chocolate | 39 |
| 1.5.4 Huevo | 39 |
| 1.5.5 Yogur | 39 |
| 1.5.6 Carnes | 40 |
| 1.5.7 Proteínas | 40 |
| 1.5.8 Sodio | 40 |
| 1.5.9 Condimentos | 41 |
| 1.6 Métodos y Técnicas de Cocción Adecuadas para la Elaboración de Alimentos | 42 |
| 1.6.1 Cocción mixta | 42 |
| 1.6.2 Cocción en seco | 42 |
| 1.6.3 Cocción en medio líquido o húmedo | 43 |
| 1.6.4 Cocción en medio graso | 43 |
| 1.7 Marco conceptual- definición de términos básicos | 44 |
| 1.8.1 Ley de donación de órganos | 47 |
| 1.9 Síntesis del capítulo | 48 |
| CAPITULO II: DIAGNÓSTICO | 51 |
| 2.1. Antecedentes diagnósticos | 51 |
| 2.2. Variables diagnósticas | 51 |
| 2.3. Indicadores | 52 |
| 2.5.1 Presentación Gráfica de Resultados | 56 |
| CAPITULO III: PROPUESTA | 79 |
| 3.1. Menú Gastronómico Para Personas Con Insuficiencia Renal En Tratamiento Dialítico | 79 |

| | |
|--|------------|
| 3.2. Macro y micro localización | 79 |
| 3.1.2 Límites Geográficos..... | 79 |
| 3.1.3 Quito | 79 |
| 3.2.3 Hospital Eugenio Espejo..... | 80 |
| 3.2.4Baxter | 82 |
| 3.3. Esquema de la propuesta..... | 83 |
| 3.3 Presupuesto | 83 |
| 3.4 Recetario para Pacientes con Enfermedad Renal en Tratamiento Dialítico. | 84 |
| 3.6 Síntesis del Capítulo | 116 |
| CONCLUSIONES..... | 118 |
| RECOMENDACIONES..... | 118 |
| APÉNDICE A..... | 119 |
| APÉNDICE B..... | 121 |
| Bibliografía | 123 |
| ANEXOS..... | 125 |

ÍNDICE DE TABLAS

| | |
|--|----|
| Tabla 1: Identificación de las variables – Matriz de programación | 15 |
| Tabla 2: Leche y derivados | 34 |
| Tabla 3: Proteínas (carnes) se puede consumir con restricción | 34 |
| Tabla 4: Cereales que se puede consumir sin restricción..... | 34 |
| Tabla 5: Frutas para las personas con Insuficiencia Renal | 35 |
| Tabla 6 : Vegetales consumir una vez por semana | 36 |
| Tabla 7: Tabla de Hierbas Aromáticas y Especies..... | 41 |
| Tabla 8: Matriz de relación de degustación. | 53 |
| Tabla 9: Alimentos aconsejables..... | 53 |
| Tabla 10: Condimentos Buenos y Malos para el Tratamiento | 54 |
| Tabla 11: Beneficiara un Menú para el Tratamiento | 55 |
| Tabla 12: Le gustaría un menú que mejore su tratamiento de diálisis | 56 |
| Tabla 13: Después de visitar al nutricionista sabe que alimentos debe consumir | 57 |
| Tabla 14: Cuando prepara alimentos para ingerir sabe que debe consumir | 58 |
| Tabla 15: Sabe que Proteínas Benefician en la Dieta | 59 |
| Tabla 16: Que alimentos afecta a su salud..... | 60 |
| Tabla 17: Estaría dispuesto a cambiar los hábitos alimenticios | 61 |
| Tabla 18: Conoce como Bajar los Niveles de Potasio. | 62 |
| Tabla 19: Cumple la limitación de beber agua. | 63 |
| Tabla 20: En el menú nutricional que necesita que contenga. | 64 |
| Tabla 21: Tiene una dieta específica para el tratamiento | 65 |
| Tabla 22: Que alimentos benefician el tratamiento..... | 66 |
| Tabla 23: Presupuesto | 83 |
| Tabla 24: Tartaleta de zanahoria blanca y amarilla. | 84 |
| Tabla 25: Receta Estándar de Tartaleta de Zanahoria..... | 85 |
| Tabla 26: Cálculo de KCAL de Tartaleta de Zanahoria | 85 |
| Tabla 27: Tartaleta de zuquini | 86 |
| Tabla 28: Receta Estándar de Tartaleta de Zuquini | 87 |
| Tabla 29: Cálculo de KCAL de tartaleta de zuquini..... | 87 |
| Tabla 30: Tomates rellenos | 88 |
| Tabla 31: Receta Estándar de Tomates Rellenos | 89 |
| Tabla 32: Cálculo de KCAL de Tomates Rellenos..... | 89 |
| Tabla 33: Churrasco blanco | 90 |
| Tabla 34: Receta Estándar de Churrasco Blanco | 91 |
| Tabla 35: Cálculo de KCAL de Churrasco Blanco..... | 91 |
| Tabla 36: Causa blanca | 92 |
| Tabla 37: Receta Estándar de Causa Blanca | 93 |
| Tabla 38: Cálculo de KCAL de Causa Blanca..... | 93 |
| Tabla 39: Pate de Hígado..... | 94 |
| Tabla 40: Receta Estándar de Pate de Hígado | 95 |

| | |
|--|-----|
| Tabla 41: Cálculo de KCAL de Pate de Hígado | 95 |
| Tabla 42: Pollo Relleno con Vegetales | 96 |
| Tabla 43: Receta Estándar de Pollo Relleno con Vegetales | 97 |
| Tabla 44: Cálculo de KCAL de Pollo Relleno con Vegetales | 97 |
| Tabla 45: Helados de Agua..... | 98 |
| Tabla 46: Receta Estándar Helados de Agua | 99 |
| Tabla 47: Calculo KCAL de Helados de Agua..... | 99 |
| Tabla 48: Helado de Fresa y Pepinillo | 100 |
| Tabla 49: Receta Estándar Helado de Fresa y Pepinillo | 101 |
| Tabla 50: Cálculo de KCAL de Helado de Fresa y Pepinillo | 101 |
| Tabla 51: Pristiños de Zucchini y Yuca..... | 102 |
| Tabla 52: Receta Estándar de Pristiños de Zucchini y Yuca | 103 |
| Tabla 53: Cálculo de KCAL de Pristiños..... | 103 |
| Tabla 54: Galletas de Yuca y Zucchini | 104 |
| Tabla 55: Receta Estándar de Galletas de Yuca | 105 |
| Tabla 56: Calculo KCAL de Galletas de Yuca | 105 |
| Tabla 57: Pastel de Remolacha y Yuca..... | 106 |
| Tabla 58: Receta Estándar de Pastel de Remolacha..... | 107 |
| Tabla 59: Cálculo de KCAL de Pastel de Yuca..... | 107 |
| Tabla 60: Albóndigas | 108 |
| Tabla 61: Receta Estándar de Albóndigas | 109 |
| Tabla 62: Cálculo de KCAL de Albóndigas | 109 |
| Tabla 63: Empanadas de arroz rellenas de pollo..... | 110 |
| Tabla 64: Receta Estándar de Empanadas de Arroz | 111 |
| Tabla 65: Cálculo de KCAL de Empanadas de Arroz | 111 |
| Tabla 66: Empanadas de Arroz Rellenas con Melloco y Arveja | 112 |
| Tabla 67: Receta Estándar de Empanadas de Arroz Rellenas con Melloco y Arveja..... | 113 |
| Tabla 68: Cálculo de KCAL de Arroz Rellenas con Melloco y Arveja..... | 113 |
| Tabla 69: Hamburguesas de pollo, arveja y pimientos | 114 |
| Tabla 70: Receta Estándar de Hamburguesas de pollo, arveja y pimientos..... | 115 |
| Tabla 71: Cálculo de KCAL de Hamburguesas de pollo, arveja y pimientos | 115 |

ÍNDICE DE FIGURAS

| | |
|--|----|
| Figura 1: Niveles de diálisis..... | 51 |
| Figura 2: le gustaría un menú que mejore su tratamiento de diálisis | 56 |
| Figura 3: Después de visitar al nutricionista sabe que alimentos debe consumir | 57 |
| Figura 4: Cuando prepara alimentos para ingerir sabe que debe consumir | 58 |
| Figura 5: Sabe que proteínas benefician en la dieta..... | 59 |
| Figura 6: Que alimentos afecta a su salud | 60 |
| Figura 7: Estaría dispuesto a cambiar los hábitos alimenticios..... | 61 |

| | |
|--|----|
| Figura 8: Conoce como bajar los niveles de potasio..... | 62 |
| Figura 9: Cumple la limitación de beber agua | 63 |
| Figura 10: En el menú nutricional que necesita que contenga | 64 |
| Figura 11: Tiene una dieta específica para el tratamiento..... | 65 |
| Figura 12: Que alimentos benefician el tratamiento..... | 66 |
| Figura 13:Estos alimentos están dentro del consumo diario..... | 67 |
| Figura 14: Que alimentos benefician el tratamiento | 68 |
| Figura 15: Encuentra fácilmente estos productos | 69 |
| Figura 16: Tendrá acogida el menú nutricional | 70 |
| Figura 17: Que alimentos con aconsejables para el tratamiento | 71 |
| Figura 18: Es necesario un suplemento de proteína | 72 |
| Figura 19: Influye la alimentación en el tratamiento. | 73 |
| Figura 20: Tendrá acogida un menú nutricional para pacientes con insuficiencia renal en tratamiento dialítico | 74 |
| Figura 21: Estaría dispuesto a pagar por el recetario | 75 |
| Figura 22: Provincia de Pichincha, Quito | 79 |
| Figura 23: Clínica Renal Baxter..... | 82 |

ÍNDICE DE ILUSTRACIONES

| | |
|---|--------------------------------------|
| Ilustración 1: Entrada, plato fuerte y postres del recetario..... | 125 |
| Ilustración 2: Empanadas de arroz | 125 |
| Ilustración 3: Galletas de yuca con zuquini | 125 |
| Ilustración 4: Pacientes degustando postres | 126 |
| Ilustración 5: Pacientes degustando postres..... | 126 |
| Ilustración 6: Personal de la Clínica Baxter..... | 126 |
| Ilustración 7: Cocina en vivo de bocaditos | 127 |
| Ilustración 8: Degustación de postres..... | ¡Error! Marcador no definido. |
| Ilustración 9: Tomates rellenos con pollo claras de huevo y brotes..... | 127 |
| Ilustración 10: Medallones de Pollo Relleno con Zanahoria y Pimientos | 127 |
| Ilustración 11: Tartaleta de Zanahoria blanca y Amarilla..... | 128 |
| Ilustración 12: Pacientes de la Clínica Baxter | 128 |
| Ilustración 13: Postres..... | 128 |

RESUMEN

La realización de este proyecto es mejorar el estado nutricional de las personas que se realizan el tratamiento de hemodiálisis y diálisis peritoneal, mediante la ayuda de técnicas gastronómicas adecuadas.

Investigando y analizando el valor nutricional de los alimentos aconsejables que se pondrá en práctica en este recetario para personas con Insuficiencia Renal en tratamiento dialítico, en la clínica Baxter en la ciudad de Quito. Se les proporciona técnicas y métodos de gastronomía como: cocción en seco cocción en húmedo o medio líquido, de esta manera ayudar, beneficiar su estado de salud nutricional para tener una mejor calidad de vida en su diario vivir.

La composición nutricional que se pueden obtener son: proteínas blancas, carbohidratos, vitaminas de forma balanceada para brindar una dieta adecuada para paciente en tratamiento dialítico.

Este recetario está diseñado para mejorar la alimentación y estilo de vida, Así también evitar complicaciones a futuro como: diabetes, hipertensión arterial, anemia, osteoporosis problemas gastrointestinales entre otros, gracias al recetario y sus alternativas se puede cambiar la cantidad de nutrientes sin dejar consumir alimentos ricos y nutritivos.

INTRODUCCIÓN

Se realizó la investigación de la Enfermedad Renal en Tratamiento Dialítico en el País y se obtuvo datos donde se muestran estadísticas de que esta enfermedad cada vez es más común en Ecuador, la hipertensión y a su vez problemas hereditarios, preclamsia y entre otros.

Esta enfermedad puede ser silenciosa, o por trastornos de vías urinarias alterando y afectando los riñones produciendo la enfermedad renal, la hemodiálisis es un tratamiento que ayuda a mejorar la calidad de vida de los pacientes que usan esta terapia pero a su vez por la restricción de alimentos afectando órganos del cuerpo y limitando a poder llevar una vida sana y a gusto.

La elaboración de menús alternativos para personas con Insuficiencia Renal en Tratamiento Dialítico, este recetario tendrá propuestas de variados platos y que las personas las puedan disfrutar diariamente así evitar la monotonía y no solo mejorar el aspecto nutricional si no también el aspecto psicológico

Se restringe en el tratamiento de diálisis muchos alimentos; por lo cual se realiza la creación, los estudios respectivos en gastronomía y nutrición para tener un buen estado de salud de cada paciente.

1. Nombre del proyecto

Análisis del menú gastronómico para personas con insuficiencia renal en tratamiento de diálisis, que se realiza clínica Baxter ubicada en la ciudad de Quito en el sector la Mariscal.

2. Marco contextual – Antecedentes

La prevalencia de la enfermedad renal en América latina es de 650 pacientes por cada millón de habitantes, con un incremento estimado del 10% anual.

Considerando que el Ecuador tiene 16'278.844 (fuente INEC) habitantes, se estima que para el 2015 los pacientes con insuficiencia renal serán 11.460

En la ciudad de Quito existen diversos hospitales y clínicas uno de los principales es el Hospital Eugenio Espejo, el mismo que tiene diferentes especialidades, una de ellas es Nefrología con tratamientos de hemodiálisis y diálisis peritoneal, el hospital tiene convenios con diferentes casas de salud que cumplen con dichos tratamientos, beneficiando a los usuarios y ayudan a cubrir la gran demanda del tratamiento.

Baxter ingresa al Ecuador en el siglo XXI, a las principales ciudades como Quito, Guayaquil y Cuenca brindando servicios como hemodiálisis, diálisis peritoneal y con médicos especializados. Y todos cumplen con normas ISSO 22000 y los tratamientos de los pacientes están cubiertos por el estado y el gobierno de turno que los cubren a su totalidad.

2. Problema de investigación

Los riñones se encargan de filtrar nuestra sangre y eliminar los desechos mediante la formación de orina, al no funcionar correctamente, existe el tratamiento de hemodiálisis y diálisis peritoneal.

(Universo, 2015) Menciona En Ecuador se estima que 7 000 personas con IRC (insuficiencia renal crónica) reciben tratamiento por la enfermedad la mayor parte está amparada por el Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social (IESS) y la Red de Protección Social (RPS) del Ministerio de Salud.

La falta de menús con productos alternativos, para el consumo diario de las personas mencionadas es sumamente importante ya que al ingresar al programa de diálisis se producen cambios bruscos como restricciones de alimentos en la dieta habitual debido a que su consumo pueden afectar a otros órganos a futuro.

Así es imprescindible incrementar la ingesta de alimentos ricos en proteínas como (claras de huevo, pollo, pescado,) la ingesta de agua va en función de la diuresis (la cantidad de orina que sigue produciendo cada persona en tratamiento).

3. Definición del problema

Desconocimiento de la preparación y elección de dietas alternativas para pacientes en tratamiento de diálisis en la clínica Baxter y en diferentes clínicas, inclusive en hospitales donde se realiza la hemodiálisis.

4. Idea a defender

Mediante el análisis de un recetario alternativo con ayuda nutricional, de cada menú para personas con enfermedad renal con tratamiento dialítico se logre alcanzar el objetivo.

Tabla 1: Identificación de las variables – Matriz de programación

| PROBLEMA | OBJETIVO | IDEA A DEFENDER | VARIABLES A INVESTIGAR E INDICADORES | TIPO DE INVESTIGACION | MÉTODO DE INVESTIGACIÓN | TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN |
|---|---|--|--------------------------------------|-----------------------|-------------------------|---|
| Desconocimiento de formas adecuadas de comer en pacientes con Insuficiencia renal en tratamiento dialítico. | Fundamentar teóricamente los alimentos que deben consumir las personas con Insuficiencia Renal en tratamiento Dialítico | Realizar el recetario planteado por el investigador | Dependiente e independiente | cuantitativa | Analítico sintético | Entrevistas Investigación de campo |
| Mala ingesta de alimentos en los pacientes de diálisis. | Diagnosticar el estado nutricional del paciente. | Conocer el valor nutricional de los alimentos | Dependiente e independiente | cuantitativa | Analítico sintético | Encuestas y entrevistas Investigación de campo |
| Falta de información dietética en los pacientes de diálisis. | Formular varias propuestas gastronómicas | Proponer alternativas para la conformación de menús para pacientes de diálisis | Dependiente e independiente | cuantitativa | Analítico sintético | Encuestas y entrevistas Investigación de campo |

5. Objeto de estudio y campo de acción

Objeto de estudio:

El análisis sobre el menú gastronómico para personas con insuficiencia renal en tratamiento de diálisis, beneficiará a los pacientes de la clínica Baxter y podrá replicarse en otras clínicas que trabajan conjuntamente con el Ministerio de Salud Pública en estas temáticas.

Campo de acción:

La insuficiencia renal crónica afecta a muchas personas, a nivel mundial y esto es por la falta de funcionamiento del riñón y cuando el riñón deja de funcionar en su totalidad, y el primordial tratamiento que recomiendan profesionales previamente a un trasplante es someterse a la hemodiálisis y encontrando este problema que es de suma importancia aplicaremos el análisis del menú gastronómico para personas con insuficiencia renal en tratamiento de diálisis, en la ciudad de Quito, en el sector de la Mariscal en la Clínica Renal Baxter ubicados en la avenida Amazonas 26-117 y Orellana que será de gran ayuda a todo este grupo de personas.

6. Justificación

Unos de los principales problemas que padecen las personas con Insuficiencia Renal en Tratamiento Dialítico, es el desconocimiento de formas adecuadas de comer a pesar de las restricciones de diferentes alimentos, el estatus social afecta

mucho a cada persona por la facilidad, de compra de los productos restringidos, adquiriendo más problemas en su salud, porque es un cambio drástico en la enfermedad y se necesita la creación de un recetario con alternativas de diferentes platos.

La mala ingesta de alimentos es otro factor que perjudica a una favorable evolución del tratamiento de diálisis, por no tener alternativas de diferentes alimentos en el menú diario, es necesario el análisis, investigación de los nutrientes y calorías de cada alimento que es aconsejable para el consumo diario.

La implementación de un recetario con técnicas gastronómicas serán necesarias, importante para mejorar el estado nutricional de personas con Insuficiencia Renal en Tratamiento Dialítico, ya que en el menú diario no existen opciones para una dieta adecuada, balanceada, será fundamental y brindará una herramienta útil, innovadora y necesaria para mejorar su alimentación, Los pacientes de la Clínica Baxter serán los principales beneficiarios del presente trabajo y podrán tener un estado de salud excelente y psicológico. El reto principal es evitar complicaciones y ser considerado candidato potencial para un trasplante renal que es lo más anhelado.

7. Objetivos

7.1 Objetivo General

Motivar la creación de menús gastronómico mediante una investigación exploratoria para personas con insuficiencia renal en tratamiento dialítico.

7.2 Objetivos Específicos

- ✓ Fundamentar teóricamente los alimentos adecuados, analizando los valores nutricionales de cada alimento.
- ✓ Diagnosticar la viabilidad de la elaboración del recetario.
- ✓ Formular propuestas gastronómicas direccionadas a las personas con Insuficiencia Renal en Tratamiento Dialítico.

8. Marco Teórico

Para la presente investigación se utilizará información de los siguientes trabajos:

Susan Sanango Morán “Ficus restaurante”, restaurante para personas con obesidad y diabetes. Esta investigación habla sobre la creación de menús para personas con diabetes para el consumo diario con los valores nutricionales adecuados y que requieren cada persona con esta enfermedad.

“Cenetec”. Prevención diagnóstico y tratamiento de la enfermedad renal crónica temprana. Esta investigación habla sobre el proceso que tiene que vivir las personas con insuficiencia renal crónica terminal ayudara mucho para la investigación pues, tiene sugerencias y ayuda para el auto cuidado de cada persona o ayuda de los familiares.

Karla Estefany Aguirre Guerrero “Propuesta de menús nutricionales que ayudan a controlar la hipertensión arterial en adultos en la ciudad de Quito” aportara la investigación actual con muchas guías que complementarán el trabajo.

La prevalencia de Insuficiencia Renal en el Ecuador, se ha visto un incremento en el Ecuador, al no recibir tratamiento a tiempo, y disminuyendo la esperanza de vida.

(La Hora, 2012) Menciona que pese a que en el país existe tecnología de punta como riñones artificiales, con dializadores modernos y unidades de diálisis con profesionales capacitados, el presupuesto es el principal impedimento para afrontar esta enfermedad, pues un paciente no puede correr con los gastos que demandan los tratamientos.

En Ecuador, tres personas mueren diariamente esperando la donación de un órgano, 1.700 anualmente presentan algún tipo de Insuficiencia Renal Crónica (IRC) y al menos 500 de ellas son candidatos potenciales a un trasplante, en Ecuador existen 7 000 personas con insuficiencia renal crónica. De ellas, 4 500 reciben tratamiento con diálisis y hemodiálisis con inversión del Gobierno, según el Instituto Nacional de Donación y Trasplante de Órganos Tejidos y Células (INDOT). Cada sesión cuesta entre \$104 y \$106. En promedio, una persona con insuficiencia renal requiere de tres sesiones semanales. Para esto, el Gobierno invierte \$53 millones por año.

(Dohme, 1891) Menciona “la insuficiencia renal se produce cuando los riñones no son capaces de filtrar adecuadamente los productos de desechos metabólicos de la sangre”

(Publica, 2016,) La insuficiencia renal tiene diferentes causas algunas afectan, rápidamente a la disminución de la función renal que se la conoce como insuficiencia renal aguda; otro factor es la disminución gradual de los riñones se la conoce como insuficiencia renal crónica ,cuando los riñones no pueden desechar correctamente los desechos que se encuentran en la orina, además no controlan la cantidad de agua adecuada en el cuerpo así como la concentración de minerales que se encuentran en diferentes alimentos como sodio, potasio, calcio, fosforo.

Cuando una insuficiencia renal se vuelve crónica a menudo existen cambios en la presión arterial, otro factor es la disminución de hormonas la más importante es la hormona eritropoyetina que tiene una función muy importante la misma que se encarga de la formación de glóbulos rojos, las personas con insuficiencia renal al no tener esta hormona son vulnerables a tener anemia.

(Dohme, 1891) “Los niños con insuficiencia renal son propensos a no tener un buen crecimiento por la falta de nutrientes e incluso los adultos tienen problemas de mal formaciones en los huesos y huesos débiles”.

Algunas de las causas de la insuficiencia renal pueden ser tratadas y con tiempo recuperar su función renal, la diálisis es una gran ayuda en la actualidad ya que en la antigüedad la insuficiencia renal era mortal, y ahora es una enfermedad crónica.

9. Universo y muestra

Fórmula establecida

Muestra probabilística simple

$$n = \frac{N \cdot p \cdot q}{(N-1) \left[\frac{E}{K} \right]^2 + p \cdot q}$$

N= universo o población

p= 0.50

q= 0.50

E= 0.05

K= 2

-0.75*0.05+

Muestra estratificada

$$f = \frac{n}{N}$$

C1 = N1 x f

C2 = N2 x f

Universo: Son 158 paciente que acuden en la casa de salud centro de diálisis Baxter, al contar con una población finita y esta ser una cantidad tan reducida, no es necesario tomar una muestra puesto que se toma la población completa.

- hombres 88
- mujeres 70
- comprendidos entre los 20 y 85 años.

10. Metodología

La técnica de investigación a utilizar es la investigación descriptiva ya que se refiere a especificar la necesidad, de este grupo que son pacientes con insuficiencia renal en tratamiento dialítico, y para evaluar diferentes aspectos necesarios para la creación del menú para mismos.

11. Métodos de investigación

El diseño que se va a realizar es cuantitativo y cualitativo por las diferentes técnicas de investigación que se va a realizar como son encuesta, entrevista, fichas técnicas

12. Técnicas de investigación

Describe y defina cada una de las técnicas de investigación que usará en el trabajo

- ENTREVISTA no estructurada: Se realiza una entrevista a profesionales que ayuda al tema principal del trabajo (véase apéndice A).

- ENCUESTA: Se aplican 10 preguntas, todas las encuestas serán aplicadas en el centro de diálisis profesionales que ayudará al tema principal del trabajo (véase apéndice B).
- INVESTIGACIÓN DE CAMPO: Se aplica en la clínica Baxter observando a los pacientes de la casa de salud.

13. Síntesis de la introducción

De acuerdo a la investigación tiene como objetivo utilizar técnicas gastronómicas de cocción, que ayuden a motivar la alimentación de las personas que se realizan el tratamiento de diálisis, este recetario ayudara al presente tema que beneficiara a mejorar el, estado nutricional.

CAPÍTULO I: ENFERMEDAD RENAL

1.1 Clasificación de los Estadíos de la Insuficiencia Renal

1.1.2 Insuficiencia Renal Aguda

(Antioquia, 1984) Señalo “la insuficiencia renal aguda es una disminución rápida en días o semanas de la capacidad de los riñones para filtrar los productos metabólicos de desechos de la sangre”

La insuficiencia renal puede ser causada por cualquier síntoma grave que disminuya el aporte de sangre a los riñones o que obstruyan el fluido de orina todo esto puede afectar a los riñones.

1.1.3 Síntomas

(Antioquia, 1984) Menciona dependiendo de la gravedad de la insuficiencia renal existen varios síntomas, el primer síntoma es la retención de líquidos, la hinchazón de pies y tobillos o inflamación de las manos en algunos casos el rostro facial, otro síntoma es el cambio de color de la orina que puede tener un aspecto oscuro. Otro factor es la disminución de los niveles de orina que normalmente son de 2, 5 litros diarios a 0, 5 litros a esto se lo conoce como oliguria, por lo contrario también dejan de producir orina por completo a esto se lo conoce como anuria, pero también existen personas que no tiene cambios tienen cantidades normales.

1.1.4 Diagnóstico

Los exámenes médicos como de orina y sangre son muy importantes ya que con ayuda de ellos se puede conocer los niveles de creatinina y nitrógeno ureico, el aumento de estos niveles como la creatinina facilita saber el nivel de gravedad, ya que cuanto más alta la concentración de los niveles más grave la insuficiencia renal.

Con la ayuda de los exámenes adecuados se puede saber los trastornos que puede tener la persona como aumento de nivel ácido en la sangre, nivel elevado de potasio, nivel elevado de fósforo, también se puede realizar imágenes del riñón con ayuda de ecografías y tomografías computarizadas.

Mediante eso se reconoce el tamaño de los riñones, agrandamiento de la vejiga y obstrucción de las arterias si con ninguno de estos estudios o análisis se determina la insuficiencia renal es necesario realizar la biopsia renal para determinar la causa de la enfermedad.

1.1.5 Pronóstico y tratamiento

Existen diferentes aspectos de la Insuficiencia Renal, las complicaciones más comunes son: una de ellas es la retención de líquidos y la concentración elevada de potasio y ácido en la sangre, esto puede complicar a futuro ya que puede afectar a los órganos internos.

(Sharp, Merck, 1891) Menciona que el 50% de ellos tiene complicaciones de todos los órganos y el 50% sigue con la disminución de flujo sanguíneo , algunos pacientes necesitan un tratamiento sencillo pero meticulosos cuando la insuficiencia renal ha sido detectada en menos de 5 días ,los médicos especializados en nefrología limitan estrictamente el consumo de minerales como ,fósforo ,potasio y estrictamente el sodio, el consumo de líquido vital que es el agua es limitado y se debe consumir según el nivel de orina que produce el paciente con la insuficiencia renal aguda.

Se controla diariamente el peso y se puede saber el consumo de ingesta hídrica del paciente y evitar complicación como retención de líquidos, complicaciones o niveles altos de algunos minerales como el fósforo y a esto se lo trata con carbonato de calcio.

1.2 Insuficiencia Renal Crónica

(Salud, La Organización Panamericana de la, 1989) Menciona la insuficiencia renal crónica es la disminución lenta y progresiva de meses a años de la capacidad de los riñones para filtrar el desecho metabólico de la sangre.

Muchas enfermedades pueden ser causantes de daños a los riñones y pueden ser irreversibles, ni con el tratamiento adecuado pueden recuperarse debido a que entro a fase de estadio cinco es decir falla renal avanzada y su único tratamiento es realizarse hemodiálisis control médico y exámenes para evitar los trastornos cardiovasculares, digestivos, alteraciones hematológicas ,neurológicas , renales y

osteodistrofia.

Una de las causas más comunes en las personas es la diabetes seguida de la tensión arterial alta llamada hipertensión. Estos trastornos dañan, lesionan los vasos sanguíneos de los riñones. Otro factor es la obstrucción de las vías urinarias.

1.2.1 Síntomas

(Daugirdas, 2003) Menciona que existen manifestaciones cuando se tiene insuficiencia renal pueden ir evolucionando lentamente o evolucionar desde una insuficiencia renal aguda, una persona con insuficiencia renal puede presentar síntomas leves, pueden tener necesidad de ir al baño en la noche por muchas veces a esto se lo llama nicturia.

A medida que la insuficiencia renal evoluciona se acumulan sustancias en el organismo la persona comienza a sentirse fatigado, débil y disminución de la agilidad mental, además pueden tener como consecuencia la pérdida de apetito y dificultad para respirar.

Las personas con insuficiencia renal tienden a presentar moretones con facilidad o sangrar por mucho tiempo por una lesión o un corte, disminuyen la capacidad de combatir infecciones en el organismo.

Como no se eliminan adecuadamente los desechos del organismo, se acumulan en la sangre, los músculos y nervios producen trastornos como: calambres, debilidad muscular y dolores, además produce hormigueo en las extremidades inferiores y sensibilidad en el cuerpo.

1.2.2 Diálisis

(Sharp, Merck, 1891) Mencionan “la diálisis se realiza, de forma preventiva en caso de insuficiencia renal aguda, cuando la producción de orina es baja, y continúan el tratamiento hasta que los análisis de sangre indiquen que la función, renal se está recuperando y la mayoría de desechos que produce el organismo es eliminado”

En el caso de una insuficiencia renal crónica, se puede comenzar con la diálisis cuando tenga el paciente diferentes síntomas como niveles de minerales muy elevados en el organismo como el fósforo, potasio, hinchazón en el cuerpo, las pruebas indican que los riñones no están extrayendo los productos de desecho de modo suficiente, o cuando la persona ya no puede llevar a cabo sus actividades habituales a causa de alteraciones en el organismo.

Las sesiones de diálisis varían de acuerdo con el nivel de función renal de cada paciente, pero se requiere diálisis tres veces por semana. Un tratamiento de diálisis permite llevar una vida razonablemente normal y retomar algunas actividades de cada paciente, ingerir una dieta adecuada, tener una presión arterial normal y no desarrollar ninguna lesión nerviosa.

(Daugirdas, 2003) Menciona de acuerdo a cómo evolucione el paciente se puede usar la diálisis como terapia a largo plazo para la insuficiencia renal crónica o como medida provisional hasta que se pueda efectuar un trasplante de riñón. En los casos de insuficiencia renal aguda, la diálisis se puede necesitar sólo durante unos pocos días o semanas, hasta que se restablezca la capacidad de los riñones es decir la función renal.

1.2.3 Hemodiálisis

(Dohme, 1891, pág. 1000) La hemodiálisis es un procedimiento por el cual se extrae la sangre del cuerpo y circular a través de un aparato externo denominado dializador; se requiere acceder de forma repetida al flujo sanguíneo. Para facilitar este tratamiento cada paciente tiene en su cuerpo una fístula arteriovenosa este acceso se efectúa quirúrgicamente es conexión artificial entre una arteria y una vena.

En la hemodiálisis, la sangre sale por un tubo conectado a la fístula arteriovenosa (A-V) y se bombea al dializador. Durante el procedimiento, se utiliza heparina, un fármaco que evita la coagulación de la sangre e impide que se coagule en el dializador. Dentro del dializador, una membrana porosa artificial separa la sangre del líquido (líquido de diálisis), cuya composición química es similar a los líquidos normales del cuerpo. La presión en el compartimiento del líquido de diálisis es más baja que la del compartimiento de la sangre, permitiendo así que el líquido, los productos de desecho y las sustancias tóxicas de la sangre se filtren a través de la membrana que separa ambos compartimientos. Sin embargo, las células sanguíneas y las proteínas de gran tamaño son demasiado grandes para filtrarse a través de los pequeños poros de la membrana. La sangre dializada (purificada) es devuelta al organismo.

(Daugirdas, 2003) Los dializadores cada vez son más modernos son muy eficaces, permitiendo que la sangre fluya más rápidamente y acortando el tiempo de la diálisis, por ejemplo, de 2 a 3 horas, tres veces por semana, en comparación con las 3 a 5 horas, tres veces por semana, necesarias con las unidades más antiguas. Los que padecen insuficiencia renal crónica por lo general, necesitan

hemodiálisis tres veces por semana para mantenerse en buen estado de salud y retomar actividades.

1.2.4 Diálisis Peritoneal

(Martínez, 2009) Comenta el peritoneo, una membrana que reviste el abdomen y recubre los órganos abdominales, actúa como un filtro permeable. Esta membrana posee una extensa superficie y una rica red de vasos sanguíneos. La diálisis peritoneal con ayuda del peritoneo, ingresan sustancias provenientes de la sangre pueden filtrarse fácilmente a través del peritoneo al interior de la cavidad abdominal si las condiciones son favorables.

El líquido se infunde a través de un catéter que penetra a través de la pared abdominal hasta el espacio peritoneal, en el interior del abdomen.

Por lo general se usa un catéter blando de goma de silicona o de poliuretano poroso porque permite que el líquido fluya uniformemente y es improbable que cause lesiones. Si el catéter se instala por un período corto de tiempo, se puede colocar cuando el paciente está en la cama.

Si es permanente, se debe colocar en la sala de operaciones. Existe un tipo de catéter que finalmente se cierra con la piel y que se puede dejar tapado cuando no se usa.

Para la diálisis peritoneal se utilizan varias técnicas. En la más simple, la diálisis peritoneal manual intermitente, las bolsas que contienen el líquido se calientan a la temperatura del cuerpo; el líquido se infunde dentro de la cavidad peritoneal por espacio de 10 minutos, se deja permanecer allí entre 60 y 90 minutos y luego se

extrae durante 10 a 20 minutos. El tratamiento completo puede necesitar 12 horas. Esta técnica se usa sobre todo para tratar la insuficiencia renal aguda.

Dicho líquido debe permanecer en el abdomen durante un tiempo suficiente para permitir que las materias de desecho provenientes del flujo sanguíneo pasen lentamente hacia él. Luego se saca el líquido, se desecha y se reemplaza con otro nuevo.

En la diálisis peritoneal continua a domicilio, el líquido se deja en el abdomen durante intervalos muy prolongados. Normalmente, el líquido se saca y se repone cuatro o cinco veces al día, se recoge en bolsas de cloruro de polivinilo que se pueden doblar cuando están vacías, se colocan dentro de una funda y pueden utilizarse para un drenaje subsiguiente sin ser desconectadas del catéter. Generalmente se efectúan tres de estos intercambios de líquido durante el día, a intervalos de 4 horas o más. Cada intercambio precisa entre 30 y 45 minutos. Un tiempo de intercambio más prolongado (de 8 a 12 horas) se lleva a cabo por la noche, durante el sueño.

Otra técnica, la diálisis peritoneal continua asistida con un ciclador, utiliza un ciclador automático para realizar intercambios breves por la noche durante el sueño, mientras que los intercambios más extensos se llevan a cabo durante el día, sin el ciclador. Esta técnica minimiza el número de intercambios durante el día, pero impide la movilidad por la noche debido a que el equipo es voluminoso.

1.3 Trasplante de riñón

Los riñones filtran la sangre y eliminan los productos de desecho del metabolismo segregándolos en la orina, la cual luego es transportada a la vejiga para que el cuerpo la elimine. Son diversas las enfermedades que pueden afectar los riñones y quizás no se pueda determinar la causa de su insuficiencia renal. Si los riñones no funcionan correctamente, los desechos no se eliminan de la sangre.

Si esta situación se prolonga, usted se sentirá bastante enfermo y finalmente fallecerá. El trasplante renal es un tratamiento quirúrgico para la insuficiencia renal, también conocida como, enfermedad renal terminal.

1.3.1 Beneficios

Se podría obtener los siguientes beneficios, pero los médicos no le pueden garantizar que obtendrá alguno de ellos:

Si el trasplante renal resulta ser todo un éxito, evitarán la necesidad de someterse a diálisis. Muchos pacientes cuyos trasplantes renales resultaron satisfactorios afirman que gozan de una mejor calidad de vida. Además, hay evidencia de que un trasplante de riñón exitoso prolonga la vida de la mayoría de los pacientes con enfermedad renal terminal, si se los compara con aquellos pacientes en diálisis.

(Escarvajal, Guerrero, Quesada, Guzmán, & Ruiz, 2006) Mencionan que un trasplante de riñón satisfactorio puede incrementar el recuento sanguíneo y el

nivel de energía. También puede mejorar la resistencia ósea, el crecimiento y el apetito. Además, es posible que tenga menos restricciones alimenticias.

1.3.2 Riesgos

(Antioquia, 1984) Menciona antes de someterse a uno de estos procedimientos, es de vital importancia comprender los riesgos asociados. Si bien podrían presentarse los riesgos enumerados más adelante, también podría haber otros riesgos imprevistos por su médico y no incluidos en esta lista.

Se podría necesitar transfusiones sanguíneas. Se le solicitará que firme un formulario de consentimiento adicional para autorizar a los médicos a realizar transfusiones en caso de que sean necesarias. En la mayoría de los casos, una persona con insuficiencia renal presenta un recuento sanguíneo bajo y no puede donar su propia sangre para que se la utilice durante la cirugía.

Si el riñón proviene de una persona fallecida, es imposible predecir el riñón cuándo estará disponible. Dado que la sangre es un tejido vivo, sólo puede almacenarse por un período de tiempo limitado. Los riesgos de recibir transfusiones de sangre incluyen infección, reacciones alérgicas y efectos secundarios relacionados a los conservantes de la sangre

1.4 Dieta para pacientes con Insuficiencia Renal en Tratamiento Dialítico

Tabla 2: Leche y derivados

| |
|----------------|
| Leche |
| Yogur Natural |
| Leche En Polvo |
| Queso |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

Es conveniente evitar la: Leche condensada y evaporada, ya que son fuente importante de fósforo. De este grupo de alimentos se puede consumir una taza al día. (No más).

Tabla 3: Proteínas (carnes) se puede consumir con restricción

| | | | |
|-------|---------|-------|---------|
| Pollo | Conejo | Chivo | Pescado |
| Pavo | Corvina | Res | |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

Huevo solo la clara 2 unidades al día obligatoriamente. Debido a que es el mejor alimento por su alto contenido de proteína y aminoácidos esenciales que protegen los músculos y son defensas para el organismo. La preparación es al gusto del paciente (duro, tibio, crudo, en espumilla, en el jugo, etc.)

Tabla 4: Cereales que se puede consumir sin restricción

| | | |
|----------|----------------|------------------|
| Arroz | Harinas | Sémola |
| Fideo | Yuca | Tostadas |
| Tallarín | Granos tiernos | Zanahoria blanca |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

El grupo de alimentos se puede consumir sin restricción

(Gil, 2010) menciona que los granos secos (lenteja, fréjol, arveja seca, garbanzo, etc.) y cereales integrales (arroz de cebada, morocho, quinua, avena, machica, etc.) son fuente importante de fósforo que es el responsable de problemas óseos a futuro (osteoporosis) y prurito (picazón del cuerpo) pero también son fuente de proteína por lo tanto se recomienda el consumo solo de ½ taza de cualquiera de estos alimentos dos veces a la semana, previo a su remojo la noche anterior a su preparación.

Tabla 5: Frutas para las personas con Insuficiencia Renal

| | | | |
|-----------|----------|------------|--------------------|
| Manzana | ½ unidad | Claudia | 3unidades medianas |
| Tuna | 1 unidad | Maracuyá | 1 unidad |
| Papaya | 1 taza | Mango | 1 unidad pequeña |
| Piña | 1 taza | Lima | 1 unidad |
| Babaco | 1 taza | Ovos | 5unidades |
| Toronja | 1 unidad | Guayaba | 1 unidad |
| Sandía | 1 taza | Zapote | ½ unidad pequeña |
| Pepino | 1 unidad | Naranja | 1 unidad |
| Pera | 1 unidad | Higos | 2 Unidades |
| Frutilla | 1/2 taza | Granadilla | 1 unidad |
| Mandarina | 1 unidad | Limón | ½ unidad |

Realizado por: Santiago Llumiyinga

Todas las frutas y verduras tienen potasio pero en la cocción se elimina hasta un 70%, por lo tanto se recomienda que la mayor parte de éstas sean cocinadas.

Por ejemplo para realizar un jugo de piña, cocinar la fruta y luego licuar en otra agua. Las frutas que no se puedan cocinar serán consumidas una porción al día.

Mientras que cocinadas no tienen límite de consumo.

Tabla 6 : Vegetales consumir una vez por semana

| | | | | |
|-----------|-----------|-----------|----------------|-----------|
| Vainita | berro | berenjena | Col | Puerro |
| Cebolla | hongos | zucchini | Acelga | Zanahoria |
| Alcachofa | remolacha | papa nabo | granos tiernos | |

Realizado por: Santiago Llumiyinga

(Gil, 2010) Recomienda el consumo de vegetales cocinados, y limitar el consumo de: lechuga, rábanos, pepinillo, etc. (Una vez por semana).

Mientras que las verduras cocinadas su consumo no tiene límite.

Grasas

Las grasas se deben evitar en exceso, se pueden utilizar como condimento en las ensaladas, en el arroz, etc. NO para frituras ni refritos. Aceite (maíz, girasol) Mantequilla y margarina sin sal. Y el aceite de oliva para frituras hasta una vez por semana.

Limitar el consumo de: Mariscos, vísceras, embutidos, enlatados, quesos maduros, yema de huevo. Debido a que son fuente de fósforo y sodio.

1.4.1 Potasio.

(Brown & Challem, 2007); Menciona Los alimentos con potasio son nocivos para los enfermos renales porque pueden provocar arritmias cardíacas e, incluso, paradas cardíacas. Entre ellos figuran el plátano, las fresas, las naranjas, el melón, el kiwi (en general, los alimentos que contienen vitamina C), todos los frutos secos, las patatas fritas o la Coca-Cola. Para compensarlo, se pueden tomar frutas

en almíbar o en compota (siempre que no sean diabéticos), pero sin beber el almíbar ni ingerir la compota, sino solo las frutas secas.

Esto se debe a que el potasio es hidrosoluble, por lo que se queda en el jugo en almíbar y en la compota e, incluso, puede permanecer en el líquido de la cocción de las verduras y las legumbres, que se deben colar para eliminar bien el agua.

Un truco para asegurar la eliminación del líquido consiste en consumir las verduras congeladas, ya que la industria conservera, a menudo, las cuece brevemente antes de proceder a su congelación y contienen menos potasio que sus homólogas frescas. La contrapartida negativa de esta práctica es que contienen menos vitaminas.

Las papas son fuente de potasio, éste es un electrolito que se necesita para el buen funcionamiento de los nervios y músculos del cuerpo pero en la insuficiencia renal es difícil eliminarlo del cuerpo y el exceso de potasio ocasiona debilidad muscular y calambres. Si los niveles de potasio suben demasiado el corazón puede afectarse, por lo tanto las papas se pueden consumir hasta dos veces por semana, una unidad mediana, previo remojo el día anterior a su consumo.

Limitar el consumo de: Mariscos, vísceras, embutidos, enlatados, quesos maduros, yema de huevo. Debido a que son fuente de fósforo y sodio

1.4.2 Plátano

(Gil, 2010) Menciona; El portal de seguridad, la prevención y la salud ocupacional de Chile menciona, Esta fruta tropical posee una excelente

combinación de energía, minerales y vitaminas que la convierten en un alimento indispensable en cualquier dieta, incluida la diabetes y adelgazamiento.

Es, además, el complemento perfecto para personas con gran actividad física, como niños y deportistas.

"Un árbol frutal extraordinario". Los árabes y los griegos definían con esta halagadora frase al plátano, cuyas propiedades beneficiosas para la salud se conocen desde hace miles de años. En la India recibía el nombre de "la fruta de los sabios", ya que, según una antigua leyenda, los más insignes pensadores hindúes meditaban bajo su sombra mientras comían de su fruto, símbolo de fecundidad y prosperidad. El plátano no es sólo de una de las frutas más consumidas en el mundo entero, sino también una de las más sanas. Su sabor es dulce y delicioso, es una fruta rica en vitaminas C y B6 y minerales esenciales, y se caracteriza por dotar de sabor a infinidad de platos y rico en potasio.

(Vitónica, 10 alimentos con mas potasio que el platano, 2016,abril 05) Menciona los vegetales y verduras que tiene alto nivel de potasio

1.4.3 Chirimoya: una de las frutas que sólo podemos disfrutar en estos meses y que aporta 382 mg de potasio.

1.4.4 Patata o papas: las patatas que a todos nos gustan, aportan 418 mg de potasio por cada 100 gramos

1.4.5 Repollo crespo: otra verdura de temporada que pertenece a la familia de los coles y como hemos dicho, resulta una buena fuente de potasio, pues ofrece 450

mg del mineral por cada 100 gramos, que fácilmente podemos incluir en una ensalada.

1.4.6 Aguacate: además de grasas buenas, este alimento aporta 487 mg de potasio

1.4.7 Espinaca: una verdura que aporta 554 mg de potasio por cada 100 gramos.

1.4.8 Acelga: ofrece 380 mg de potasio, un poco más que el plátano que aporta 370 mg en igual cantidad de alimento.

1.5 Fosforo

(Vitónica, Alimentos Ricos en Fósforo, 2016,Abril 06)El fósforo es un mineral que se encuentra en algunos alimentos entre ellos los lácteos. En la Insuficiencia renal en tratamiento de diálisis es el responsable de diversas anomalías en los huesos, y a corto plazo produce prurito picazón en el cuerpo. Por lo tanto es conveniente mantenerlo en niveles normales (4.7 mg/dl.) para evitar contratiempos.

1.5.1 Quesos (desde 300 hasta más de 500 mg por cada 100 gramos), a mayor curación más contenido en fósforo.

1.5.2 Sardinias (270 mg por cada 100 gramos) y **mariscos** (200mg por cada 100 Gramos)

1.5.3 Chocolate (269 mg por cada 100 gramos)

1.5.4 Huevo (210 mg por cada 100 gramos), y yema de huevo (590mg por cada 100 gramos)

1.5.5 Yogur (170mg por cada 100 gramos) y leche (100 mg por cada 100 gramos)

1.5.6 Carnes de vacuno, de cerdo, pollo o pescado (entre 100 y 160 mg de fósforo por cada 100 gramos)

1.5.7 Proteínas

(Escarvajal, Guerrero, Quesada, Guzmán, & Ruiz, 2006) Presenta información y menciona que son fuente de proteína de alto valor biológico, por lo tanto se debe consumir en forma adecuada es decir diariamente y en cantidad abundante ya que esta proteína se pierde en el tratamiento dialítico y si no compensa con un adecuado consumo se pierde proteína de las reservas perdiendo así músculo especialmente de brazos, piernas, glúteos y también las defensas del cuerpo serán bajas.

1.5.8 Sodio

El sodio es un electrolito necesario para el cuerpo, pero en hemodiálisis e hipertensión. La sal produce sed y, si bebe agua para calmarla, su organismo tendrá retención de líquidos. Rebaje la sal de los alimentos. Para dar sabor a éstos puede utilizar hierbas aromáticas (orégano, tomillo, cebolla, etc.).

Nunca utilice preparados sustitutivos de la sal es decir sal de dieta, ya que tienen un alto contenido en potasio. No es conveniente pasar de 1,5 gramos diarios.

1.5.9 Condimentos

Tabla 7: Tabla de Hierbas Aromáticas y Especies

| | |
|----------------|---|
| AJO | Reduce la tensión arterial y el colesterol, mitiga las lesiones arteriales y evita la formación de coágulos. Es antiséptico, expectorante, antifebril, antiparasitario, antioxidante, antiinflamatorio, laxante, descongestivo, diurético, depurativo. Uso: Salsas, adobos, verduras, cereales, rehogado |
| ORÉGANO | Tónico estomacal, antiespasmódico, digestivo, estimulante biliar, gases intestinales, antiséptico, expectorante, inflamación de vías respiratorias, menstruaciones irregulares. Uso: Salsas, pizzas, ensaladas, verduras, pastas, legumbres |
| PEREJIL | Aperitivo, diurético, evita gases, expectorante, antifebril, activa la menstruación, disipa la retención premenstrual de líquidos, cálculos biliares y renales, antiinflamatorio (alivia lumbago y ciática), aporta vitaminas (A y C) y minerales. Uso: Sopas, ensaladas, guisos, mayonesas. |
| TOMILLO | Estimulante general, digestivo, antiespasmódico, antiséptico, fermentaciones intestinales, parásitos intestinales, diurético, sudorífico, favorece la circulación, activa el sistema nervioso, alivia dolores de origen nervioso, vías respiratorias, candidas. Uso: Verduras, sopas, guisos, ensaladas, conservas. |
| MENTA | Tónico general, digestivo, antiespasmódico, antiséptico intestinal, alivia tensión emocional y congestión mental, analgésico (jaquecas), insomnio, expectorante, resfríos, diurético, refrescante, dismenorrea, otitis, fiebre. Uso: Verduras, sopas, habas, ensaladas, postres. |

Fuente: Diccionario de Alimentos saludables de Erwin Moller

1.6 Métodos y Técnicas de Cocción Adecuadas para la Elaboración de Alimentos

(El Gastronomo , 2016) Menciona mediante la cocción, los seres humanos ingerir alimentos, el calor es la forma que va a transformar al alimento así como también a eliminar microorganismos que pueden estar cada uno de los vegetales, géneros cárnicos, frutas que pueden afectar la salud de quien lo consume.

Los métodos de cocción existentes son muy amplios y se dividen en cuatro grupos

1.6.1 Cocción mixta: en este método de cocción interviene tanto la grasa como el agua (jugos propios del alimento).

Estofado, método en el cual el alimento termina su cocción en un líquido por un tiempo prolongado, además se le añaden verduras.

Brasear, consiste en someter al alimento a un medio graso para lograr la formación de una costra que no permita la salida de los jugos del alimento y a continuación se termina la cocción del mismo añadiendo un caldo o fondo.

1.6.2 Cocción en seco: la cocción en seco se realiza al exponer el alimento al aire caliente, el calor se transmite al alimento de forma directa y algunas formas de cocción en seco son:

Al horno, favorece la conservación de los nutrientes propios del alimento, además, es una técnica en la que interviene un bajo nivel de materia grasa.

A la parrilla y a la plancha, técnicas muy aconsejables ya que no se utiliza en ellas tanta grasa en la cocción del alimento a la parrilla o a la plancha.

Entre otras están baño maría, donde el alimento se prepara en forma lenta y uniforme dentro de un recipiente que se encuentra sobre otro que contiene agua; el gratinado que se utiliza para dar un acabado al alimento.

1.6.3 Cocción en medio líquido o húmedo: consiste en sumergir el alimento en un medio líquido (agua, fondos) para transformarlo o mediante el vapor del agua, algunos ejemplos de este tipo de cocción son:

Escalfar o Pochar, consiste en sumergir un alimento en un líquido por debajo de su punto de ebullición. Blanquear o Escaldar, consiste en sumergir un alimento en un líquido hirviendo durante 10-30 segundos.

Al vapor, el vapor que desprende el agua va a cocinar al alimento. De los métodos de cocción de esta clasificación, es en el que hay menor pérdida de nutrientes del alimento.

1.6.4 Cocción en medio graso:

(El Gastronomo , 2016) Menciona cocer el alimento en algún tipo de grasa como aceites, mantequilla, manteca. Freír, es un método de cocción rápido y le da al alimento un sabor agradable, pero no es el más saludable, este método consiste en sumergir el alimento en 44 grasa caliente. El alimento absorbe parte de la grasa en la que se fríe, es por esto que no es saludable, ya que aumenta el nivel calórico. Saltear, consiste en cocer un alimento total o parcialmente con poca materia grasa a fuego alto y por un lapso de tiempo muy corto. Rehogar, a diferencia del

salteado, el rehogado consiste en cocer un alimento en poca grasa pero a fuego lento, a una temperatura más baja (100° C). Confitar, consiste en cocer un alimento en materia grasa a baja temperatura por un período de tiempo largo

Tras haber tratado los métodos de cocción existentes, se debe precisar que, para transformar los alimentos de la dieta para una persona con Insuficiencia Renal en Tratamiento Dialítico, se recomienda cocer los alimentos al horno, a la plancha, en cuanto a los métodos de cocción en medio líquido es recomendable aplicar el método de cocción, al vapor ya que en él hay menor pérdida de nutrientes un método de cocción con medio grasa, preparar los alimentos con el método de salteado o rehogado, evitar freír los alimentos y en cuanto a métodos de cocción mixta, los dos son aceptables en la dieta ya que no precisa el uso de gran cantidad de materia grasa.

1.7 Marco conceptual- definición de términos básicos

Biopsia: Extracción y examen de una muestra de tejido tomada de un ser vivo, con fines diagnósticos

Diálisis; Que elimina de la sangre el exceso de sustancias nocivas, ejempló, la urea en la diálisis peritoneal.

Diuresis: Cantidad de orina producida en un tiempo determinado.

Hemodiálisis: Diálisis extracorpórea que elimina las sustancias nocivas de

La sangre, por ejemplo, la urea en el riñón artificial.

Hipertensión: Tensión excesivamente alta de la sangre.

Hormona eritropoyetina: En los seres humanos, es producida principalmente por el riñón y ayuda a equilibrar el organismo sin esta hormona ocasionaría anemia disminución de la tolerancia al ejercicio físico y mareos.

Poliuria: Orinar con frecuencia.

Polidipsia: Tener sed constante.

Polifagia: Sentir demasiada hambre

Taquicardia: Se denomina taquicardia al ritmo acelerado de la frecuencia cardíaca. Para comprender, por lo tanto, qué es la taquicardia, es imprescindible tener nociones básicas sobre el funcionamiento del corazón.

1.8 Marco legal

La base legal del presente estudio se encuentra tipificada en: CONSTITUCIÓN DE LA REPÚBLICA DEL ECUADOR, Título II Derechos Capítulo III: Derechos de las personas y grupos de atención prioritaria, Sección Quinta

Art. 32.- La salud es un derecho que garantiza el estado, cuya realización se vincula al ejercicio de otros derechos, entre ellos el derecho al agua, la alimentación, la cultura física, el trabajo, la seguridad social, y otros que sustenten el buen vivir. 13

Sección Séptima

Art. 50.-El Estado garantizará a toda persona que sufra de Enfermedades Catastróficas o de alta complejidad el derecho a la atención especializada y gratuita en todos los niveles, de manera oportuna y preferente; así como grupos

vulnerables a las personas que sufran enfermedades catastróficas, por lo tanto, se ha reconocido expresamente la existencia de dichas enfermedades y el trato prioritario que deben tener. Se entiende como enfermedad catastrófica a los problemas de salud que cumplan con las siguientes características: a) Que impliquen un riesgo alto para la vida de la persona; b) Que sea una enfermedad crónica y por tanto su atención no sea emergente; c) Que su tratamiento pueda ser programado; d) Que el valor de su tratamiento mensual sea mayor a una canasta familiar vital publicada mensualmente por el INEC.

Art. 361.- El Estado ejercerá la rectoría del Sistema Nacional a través de la Autoridad Sanitaria Nacional, y que será la responsable de formular políticas nacionales, normar controlar y regular todas las actividades relacionadas con la salud, así como, el funcionamiento de las entidades del sector. Además la Ley Orgánica de Salud otorga la competencia al Ministerio de Salud Pública para regular y vigilar la aplicación de normas en esta materia el mismo Cuerpo Legal establece la obligación de todos los miembros del Sistema Nacional de Salud de prestar y garantizar las acciones necesarias para el ejercicio de los derechos de las personas que sufren enfermedades. 14 Amparado en este marco jurídico el Ministerio de Salud Pública y el Ministerio de Inclusión Económica y Social, han desarrollado el programa: Red de Protección Social para Apoyo Emergente en Situaciones Catastróficas Individuales a Personas y Hogares Ecuatorianos, Red de Protección Solidaria; cuya ejecución está a cargo de la Subsecretaria de Extensión Social en Salud y el Programa de protección Social del Ministerio de Salud Pública y Ministerio de Inclusión Económica y Social respectivamente para enfermedades catastróficas.

1.8.1 Ley de donación de órganos

La mencionada Ley considera principios establecidos en la Constitución aprobada en Montecristi; “Que, el inciso primero del artículo 32 de la Constitución de la República establece que la salud es un derecho que debe ser garantizado por el Estado; Que, el artículo 50 de la Constitución de la República garantiza a toda persona que sufra una enfermedad catastrófica o de alta complejidad el derecho a una atención especializada y gratuita, de manera oportuna y preferente; Que, la Ley Orgánica de Salud, publicada en el Suplemento del Registro Oficial No. 423 de 22 de diciembre de 2006, regula los trasplantes de órganos, tejidos y disposición de cadáveres; y muchos otros considerandos que hacen sínéresis con la protección del ser humano; además de tomar en cuenta los Tratados firmados en la Conferencia General de las Naciones Unidas sobre las Declaración sobre el Genoma Humano y los Derechos Humanos (Ley Orgánica de Donación y Trasplante de Órganos, Tejidos y Células, 2011). Esta Ley tiene por objeto garantizar “el derecho a la salud en materia de trasplantes, a través de la regulación de las actividades relacionadas con la obtención y utilización clínica de órganos, tejidos y células de humanos, además de los productos derivados de ellos, incluyendo la promoción, donación, extracción, preparación, almacenamiento, transporte, distribución 15 y trasplante” (Ley Orgánica de Donación y Trasplante de Órganos, Tejidos y Células, 2011). Antes de esta ley, se hablaba de la carencia de órganos a trasplantar; ahora, toda persona es potencial fuente de uso de órganos: todo ecuatoriano y extranjero residente en el país y mayores de 18 años, “al fallecer se convertirán en donantes, a menos que en vida hubieren manifestado, en forma expresa”, no estar dispuesto a donar sus órganos y

tejidos o células o restringiendo de modo específico a determinados órganos (Ley Orgánica de Donación y Trasplante de Órganos, Tejidos y Células, 2011).

Art. 11.- De la Responsabilidad sobre los Órganos, tejidos y células.- El Ministerio de Salud Pública a través del INDOT es responsable de todos los órganos, tejidos y células obtenidos, independientemente del lugar de su ablación; de su correcta distribución y asignación de acuerdo a los 26 criterios técnicos establecidos, en cumplimiento del artículo 25 de la Ley, de los permisos de importación y exportación de órganos, tejidos y células.

Art. 86.- Verificación de la Donación.- Una vez producida la muerte de una persona en los términos establecidos en la ley y este reglamento general, se podrá disponer de todos o parte de sus órganos y tejidos, una vez confirmado su consentimiento para la Donación, previa consulta a la Dirección General del Registro Civil, Identificación y Cedulación, por parte del INDOT.

1.9 Síntesis del Capítulo

Este resumen es importantísimo ya que da a conocer la clasificación de la insuficiencia renal, uno de los principales síntomas es la retención de líquidos, la hinchazón de pies y tobillos o inflamación de las manos en algunos casos el rostro facial, otro síntoma es el cambio de color de la orina que puede tener otro aspecto, para saber el nivel de gravedad hay que reconocer el nivel de creatinina y nitrógeno ureico, depende la gravedad de la enfermedad puede afectar desde el 50% de daño interno así mismo como el daño en los riñones, se controla bastante

el peso y se evitan productos como fosforo, potasio y el líquido vital es decir agua se toma según cuanto orine el paciente al día.

Una de la causa más común en las personas es la diabetes seguida de la tensión arterial alta llamada hipertensión estos trastornos dañan, lesionan los vasos sanguíneos de los riñones otro factor es la obstrucción de las vías urinarias, uno de los síntomas más comunes pueden tener necesidad de ir al baño en la noche según como la enfermedad avanza la persona comienza a sentirse fatigado, débil y disminución de la agilidad mental, además pueden tener como consecuencia la pérdida de apetito y dificultad para respirar, además pueden presentar moretones con facilidad.

Los músculos y nervios producen trastornos como: calambres, debilidad muscular y dolores, además produce hormigueo en las extremidades inferiores y sensibilidad en el cuerpo.

Muchos se preguntan que es la diálisis pues es el tratamiento que reciben los pacientes cuando la persona ya no puede llevar a cabo sus actividades habituales a causa de alteraciones en el organismo.

Las sesiones de diálisis varían de acuerdo con el nivel de función renal de, cada paciente, pero se requiere diálisis tres veces por semana. Un tratamiento de diálisis permite llevar una vida razonablemente normal y retomar algunas actividades de cada paciente, esta se divide en Hemodiálisis y diálisis peritoneal si una persona no realiza esos procesos puede darse el trasplante de riñón Si esta situación se prolonga, usted se sentirá bastante enfermo y finalmente fallecerá. El trasplante renal es un tratamiento quirúrgico para la insuficiencia renal, también conocida como, enfermedad renal terminal.

Este método tiene sus beneficios y sus riesgos aquí los siguientes.

- Si el trasplante renal resulta ser todo un éxito, evitarán la necesidad de someterse a diálisis.
- Si hay evidencia de que un trasplante de riñón exitoso prolonga la vida de la mayoría de los pacientes con enfermedad renal terminal,
- Un trasplante de riñón satisfactorio puede incrementar el recuento sanguíneo y el nivel de energía y sobretodo el apetito.

Pero así mismo sus riesgos pueden ser los siguientes

- En la mayoría de los casos, una persona con insuficiencia renal presenta un recuento sanguíneo bajo y no puede donar su propia sangre para que se la utilice durante la cirugía.
- Si el riñón proviene de una persona fallecida, es imposible predecir el riñón cuándo estará disponible. Dado que la sangre es un tejido vivo.

Dentro de lo que tiene que ver con la dieta los pacientes pueden consumir leche en polvo, yogur natural, queso dentro de lo que se refiere a proteínas pollo, pescado, corvina, chivo.

Dentro de los tipos de cocción se debe evitar grasas saturadas lo mejor es cocinar al vapor.

CAPITULO II: DIAGNÓSTICO

2.1. Antecedentes diagnósticos

La enfermedad renal crónica (ERC) es un término genérico que define un conjunto de enfermedades heterogéneas que afectan la estructura y función renal. La variabilidad de su expresión clínica es debida, al menos en parte, a su etiopatogenia, la estructura del riñón afectada (glomérulo, vasos, túbulos o intersticio renal), su severidad y el grado de progresión.

| Estadio ERC | FG (ml / min / 1,73 m ²) | Descripción | |
|-------------|--------------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------|
| 1 | ≥90 | Daño renal con FG normal | |
| 2 | 60-89 | Daño renal y ligero descenso del FG | |
| 3A | ERC* IRC* | 45-59 | Descenso ligero - moderado del FG |
| 3B | | 30-44 | Descenso moderado de FG |
| 4 | | 15-29 | Descenso grave de FG |
| 5 | <15 | Prediálisis | |
| 5D | Diálisis | Diálisis | |

Figura 1 Niveles de diálisis

Fuente: IMPROVING GLOBAL OUTCOMES (KDIGO)”

2.2. Variables diagnósticas

Las variables a aplicar en este tema de investigación son:

Gustos y preferencias del consumidor

Frecuencia de consumo

Demanda

Precio

2.3. Indicadores

Gusto: En economía, el término se refiere a las preferencias que los agentes económicos manifestados por los diferentes bienes y servicios. Los gustos o preferencias inciden en la forma y magnitud de la demanda de bienes y servicios tanto a nivel individual como agregado. Aunque las preferencias de las personas no son una variable cuantificable, ello no es obstáculo para el análisis económico, puesto que esta se expresa en el mercado como la disposición de los consumidores a pagar un cierto precio por determinados bienes y servicios. Vale decir, en el mercado se revelan las preferencias de las personas cuando estas adquieran bienes

Preferencia: Tendencia que muestran las personas a escoger un determinado producto frente a otros.

Frecuencia del consumidor

Preferencia del producto

Necesidad del producto

Demanda

- Falta de menús para personas con insuficiencia renal en tratamiento dialítico.
- Capacidad de elaboración de menús
- Formas para bajar los niveles de vitaminas y minerales
- Técnicas de preparación de los alimentos
- Precios

2.4. Matriz de relación

Tabla 8: Matriz de relación de degustación.

| INDICADOR | CALIDAD | | | SABOR | | | TEXTURA | | |
|------------------------|-----------|-----------|-------|-----------|-----------|-------|-----------|-----------|-------|
| | Excelente | Muy Bueno | Bueno | Excelente | Muy Bueno | Bueno | Excelente | Muy Bueno | Bueno |
| Tartaleta de zanahoria | 158 | | | 158 | | | 158 | | |

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

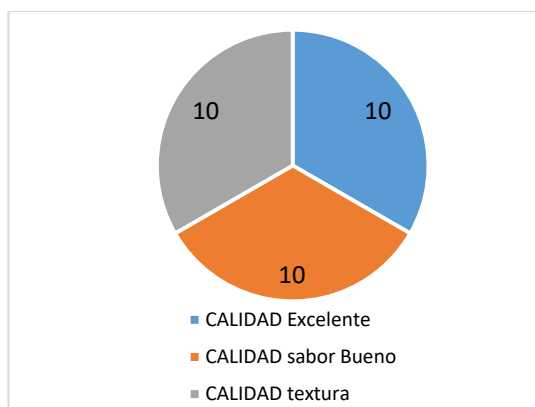


Figura 2 calidad, sabor, textura

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

Este gráfico representa que las 158 personas calificaron la calidad, sabor y textura con excelente cumpliendo las expectativas planteadas para el recetario.

Tabla 9: Alimentos aconsejables

| Paciente de Baxter | Carnes rojas | | | Carnes blancas | | | mariscos | | |
|---|--------------|--------------|-------|----------------|--------------|-------|----------|--------------|-------|
| | Siempre | Casi siempre | Nunca | Siempre | Casi siempre | Nunca | Siempre | Casi siempre | Nunca |
| ALIMENTOS SON ACONSEJABLES PARA EL TRATAMIENTOS | | 79 | | 79 | | | | | 0 |

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

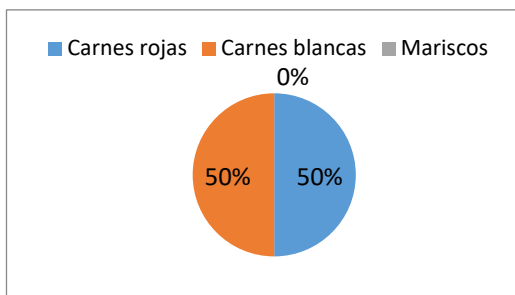


Figura 4: géneros cárnicos aconsejables para el tratamiento

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

El gráfico representa que los pacientes tienen conocimiento que las carnes rojas y carnes blancas son aconsejables para su salud y los mariscos afectan a su estado de salud.

Tabla 10: Condimentos Buenos y Malos para el Tratamiento

| Paciente de Baxter | CONDIMENTOS, GLUTAMATO MONOSODICO(AJINOMOTO) | | | ZANAHORIA BLANCA | | | CONDIMENTOS NATURALES | | |
|--|--|--------------|-------|------------------|--------------|-------|-----------------------|--------------|-------|
| | Siempre | Casi siempre | Nunca | Siempre | Casi siempre | Nunca | Siempre | Casi siempre | Nunca |
| Que alternativas utiliza para mejorar el sabor de las comidas. | | | 0 | 79 | | | 79 | | |

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

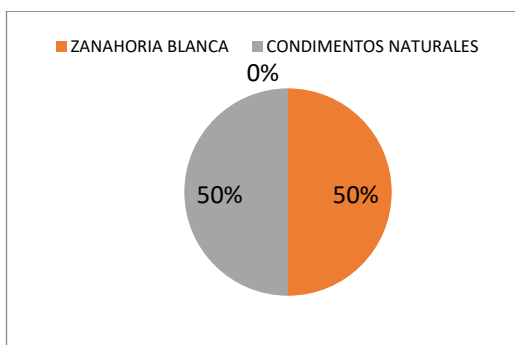


Figura 5 condimentos buenos y malos para el tratamiento

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

Este gráfico representa condimentos que los pacientes consumen y no consumen representando con un 0% a los condimentos como glutamato mono sódico (ajino

moto) el mismo que afecta a la salud, con un 50% los condimentos naturales y la zanahoria blanca los utilizan para condimentar los alimentos.

Tabla 11: Beneficiara un Menú para el Tratamiento

| Paciente de Baxter | Entrada | | | Plato fuerte | | | Postre | | |
|---|---------|---------|----|--------------|---------|----|--------|---------|----|
| | Si | Tal ves | No | Si | Tal ves | No | Si | Tal ves | No |
| Un recetario favorecería a mejorar su estado nutricional. | 52 | | | 53 | | | 53 | | |

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

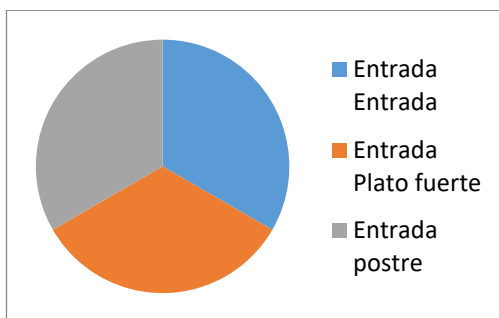


Figura 6 Beneficiara un menú para el tratamiento

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

El gráfico representa que existe una necesidad por una entrada, plato fuerte y postre en el diario vivir de los pacientes.

2.5 Información Primaria

2.5.1 Presentación Gráfica de Resultados

Pregunta 1 ¿Le gustaría a usted un menú nutricional que ayude a mejorar en su tratamiento de diálisis? ¿Si___No__ por qué?_____

Tabla 12: Le gustaría un menú que mejore su tratamiento de diálisis

| | F.A | F.R |
|-------|-----|------|
| Si | 75 | 47% |
| No | 83 | 53% |
| Total | 158 | 100% |

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

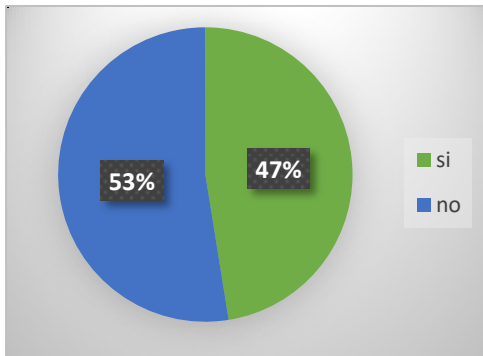


Figura 2 le gustaría un menú que mejore su tratamiento de diálisis
Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

Este gráfico demuestra que el 90% de las personas encuestadas, en la Clínica Baxter le gustaría un menú nutricional que ayude su estado nutricional.

Pregunta 2.- ¿Luego de su charla con la nutricionista usted sabe que alimentos debe consumir en su tratamiento de diálisis?

Sí_____ No_____ ¿cuáles?_____

Tabla 13: Después de visitar al nutricionista sabe que alimentos debe consumir

| | F.A | F.R |
|-------|-----|------|
| Si | 75 | 47% |
| No | 83 | 53% |
| Total | 158 | 100% |

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

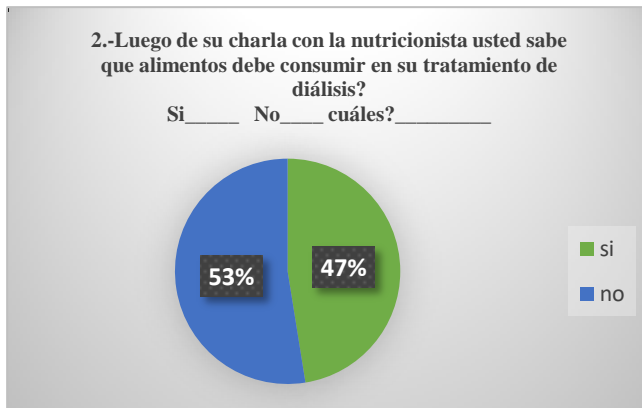


Figura 3 Después de visitar al nutricionista sabe que alimentos debe consumir

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

El 53% de los resultados sabe que alimentos debe consumir en el tratamiento de diálisis y el 47% no tiene idea que debe comer.

Pregunta 3.- Usted prepara sus alimentos o los que le preparan, saben que debe consumir.

Tabla 14: Cuando prepara alimentos para ingerir sabe que debe consumir

| | F.A | F.R |
|------------------|-----|------|
| pollo | 75 | 48% |
| claras de huevo | 30 | 19% |
| zanahoria blanca | 10 | 6% |
| arroz | 30 | 19% |
| tomate riñón | 13 | 8% |
| Total | 158 | 100% |

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

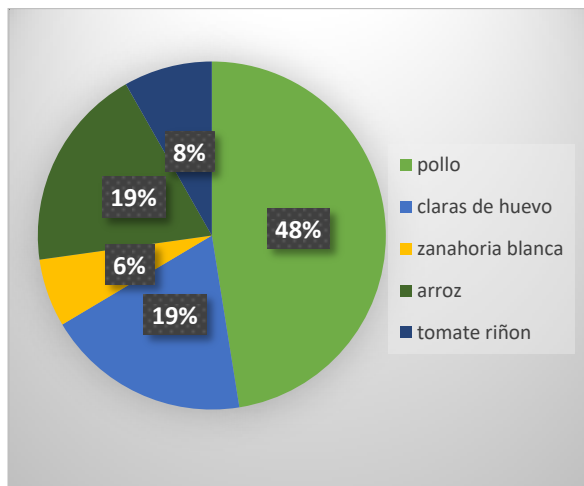


Figura 4 Cuando prepara alimentos para ingerir sabe que debe consumir

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

El 48% de las personas saben que el pollo debe consumir, con el 19% las claras de huevo y el arroz son otra alternativa y un 8% consume el tomate riñón en la dieta diaria y tan solo con un 6% consume zanahoria blanca.

Pregunta 4.- ¿Señale que alimentos contienen proteína que beneficia su dieta?

Tabla 15: Sabe que Proteínas Benefician en la Dieta

| | F.A | F.R |
|---------|-----|------|
| pollo | 130 | 82% |
| frejol | 0 | 0% |
| lechuga | 0 | 0% |
| lenteja | 0 | 0% |
| pescado | 28 | 18% |
| Total | 158 | 100% |

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

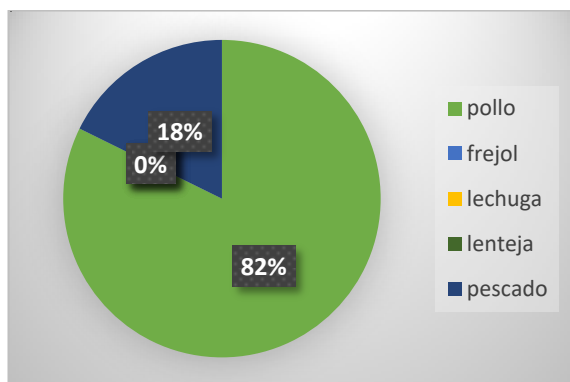


Figura 5: Sabe que proteínas benefician en la dieta

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter

Realizado por: Santiago Llumiquinga

Este gráfico demuestra el 82% de las personas saben que el pollo es beneficiario para la salud, y el 19% sabe que el pescado es otra opción que beneficia.

Pregunta 5.- ¿Cuál de estos alimentos considera que afecta a su tratamiento y organismo?

Tabla 16: Que alimentos afecta a su salud

| | F.A | F.R |
|---------------------|-----|------|
| Sal | 80 | 51% |
| Energízate | 20 | 13% |
| Leche | 20 | 13% |
| Rábano | 7 | 4% |
| Bebidas alcohólicas | 31 | 19% |
| Total | 158 | 100% |

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

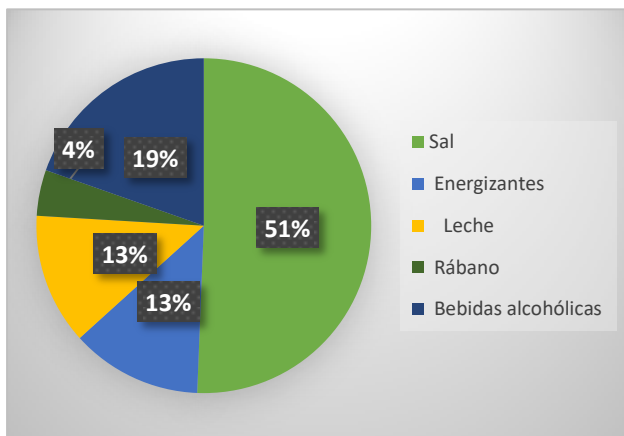


Figura 6 Que alimentos afecta a su salud

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

El 51% de las personas sabe que la sal daña la salud y afecta al tratamiento, el 19% sabe que las bebidas alcohólicas son dañinas para la salud, el 13% tiene conocimientos que los energízate y la leche afectan a la salud el 4% el rábano daña a la salud.

Pregunta 6.- ¿Está usted en condiciones de cambiar sus hábitos alimenticios?
Sí___ No__ ¿porque?

Tabla 17: Estaría dispuesto a cambiar los hábitos alimenticios

| | F.A | F.R |
|-------|------|------|
| si | 130 | 82% |
| no | 28 | 18% |
| Total | 1580 | 100% |

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiyinga

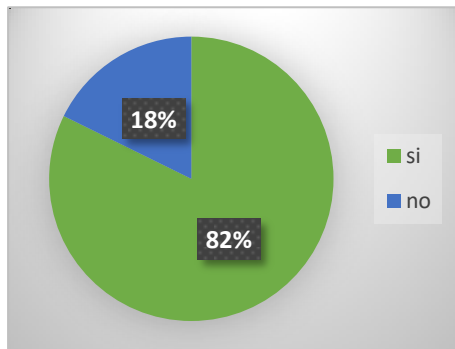


Figura 7: Estaría dispuesto a cambiar los hábitos alimenticios

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiyinga

Los resultados de esta pregunta son que, el 82 % está de acuerdo a cambiar los hábitos alimenticios ya que beneficiara en su tratamiento, el 18% no cambiaría sus hábitos alimenticios ya que no les importa su bienestar

Pregunta 7.- Conoce como bajar los niveles de potasio en los alimentos

Tabla 18: Conoce como Bajar los Niveles de Potasio.

| | F.A | F.R |
|---------------------------------|-----|------|
| Cocinarlo dos veces o más veces | 50 | 32% |
| Poner sal | 13 | 8% |
| Pelarlos si son necesarios | 25 | 16% |
| Dejarlos en agua un día antes | 70 | 44% |
| Total | 158 | 100% |

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

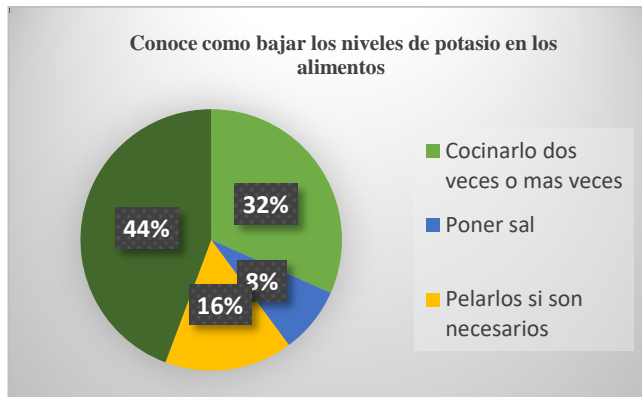


Figura 8 Conoce como bajar los niveles de potasio

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

La interpretación de este resultado dio que el 44% dijo que deja en agua los alimentos un día antes para bajar los niveles de potasio, un 32% dijo cocinarlos dos veces o más, un 16% los pela si es necesario, y un 8% dijo que no les pone sal

Pregunta 8.- ¿Cumple el consumo mínimo y máximo de ingerir agua según le prescribieron? SI____ NO____ ¿porque?____

Tabla 19: Cumple la limitación de beber agua.

| | F.A | F.R |
|-------|-----|------|
| si | 125 | 79% |
| No | 33 | 21% |
| Total | 158 | 100% |

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

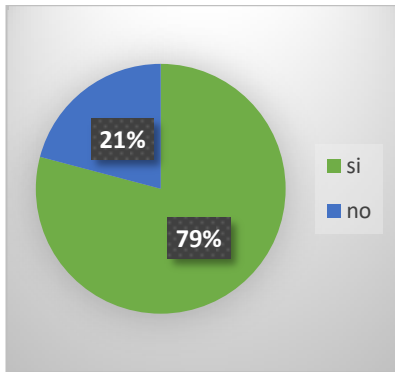


Figura 9 Cumple la limitación de beber agua

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

La interpretación de este resultado dio que el 79% no consume los vasos requeridos de agua al día ya sea por sus diferentes ocupaciones y un 21% dijo que si consume agua para mantener una buena salud

Pregunta 9.- ¿Le gustaría que el menú nutricional para personas con insuficiencia renal en tratamiento dialítico contenga?

Tabla 20: En el menú nutricional que necesita que contenga.

| | F.A | F.R |
|----------------|-----|------|
| ENTRADAS | 0 | 0% |
| PLATOS FUERTES | 50 | 32% |
| POSTRES | 8 | 5% |
| TODOS | 100 | 63% |
| Total | 158 | 100% |

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

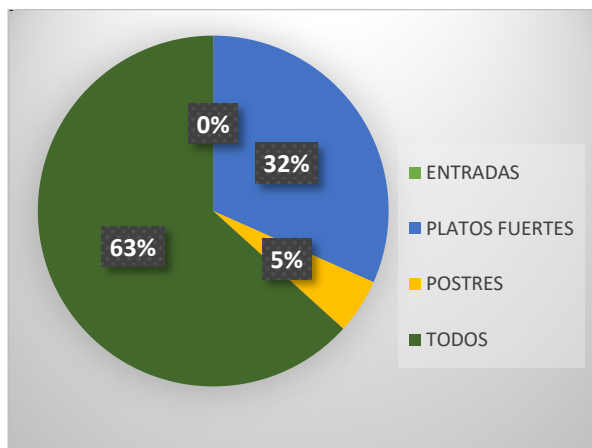


Figura 10: En el menú nutricional que necesita que contenga

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

La interpretación de este resultado dio que el 63% de las personas dice que el menú debe estar completo para poder alimentarse de mejor manera un 32% recomienda solamente tener platos fuertes en su dieta diaria y un 5% tenga postres para tener opciones de que debe consumir.

Pregunta 10.- ¿Posee una dieta específicamente para sus requerimientos nutricionales? Si___ No___?

Tabla 21: Tiene una dieta específica para el tratamiento

| | F.R | F.A |
|-------|-----|------|
| si | 38 | 24% |
| no | 120 | 76% |
| Total | 158 | 100% |

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

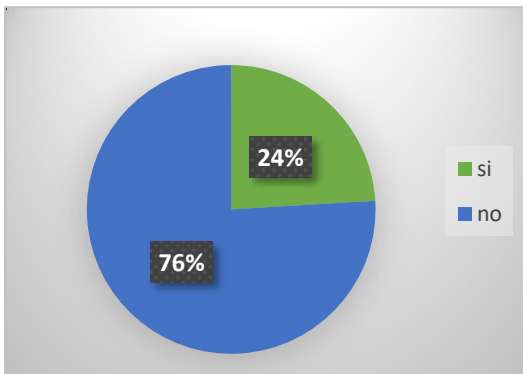


Figura 11 Tiene una dieta específica para el tratamiento

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

La interpretación de este resultado dio que un 76% no tiene una dieta específica para los requerimientos que tiene cada persona en la manera que debe alimentarse y un 24% dijo que sabe lo que debe consumir dependiendo lo que necesita.

Entrevista

Pregunta.1 ¿Cuáles son los alimentos que ayudan a mantener correctamente la salud en tratamiento de diálisis?

Tabla 22: Que alimentos benefician el tratamiento

| | F.A | F.R |
|-------------------|-----|------|
| carbohidratos | 1 | 20% |
| aceites vegetales | 0 | 0% |
| pollo | 3 | 60% |
| claras de huevo | 1 | 20% |
| Total | 5 | 100% |

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

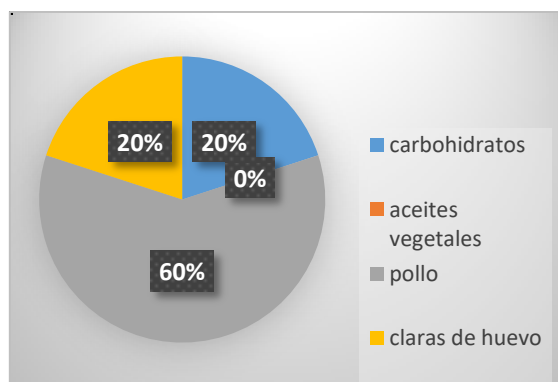


Figura 12 Que alimentos benefician el tratamiento

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

La interpretación de este resultado dice que un 60% consume pollo porque ayuda a tener una correcta alimentación que aporta con proteínas necesarias en el organismo, un 20% consume carbohidratos ya que brinda energía para realizar sus actividades, y un 20% dijo que consume aceites vegetales ya que son más saludables y mejoran nuestra salud.

Pregunta 2 ¿Qué productos cree usted que se puede incorporar en un menú nutricional?

Tabla 23: Estos alimentos están dentro del consumo diario.

| | F.A | F.R |
|-----------------------|-----|------|
| zanahoria blanca | 1 | 20% |
| gelatina sin sabor | 1 | 20% |
| condimentos naturales | 1 | 20% |
| brotos de vegetales | 1 | 20% |
| proteína en polvo | 1 | 20% |
| TOTAL | 5 | 100% |

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

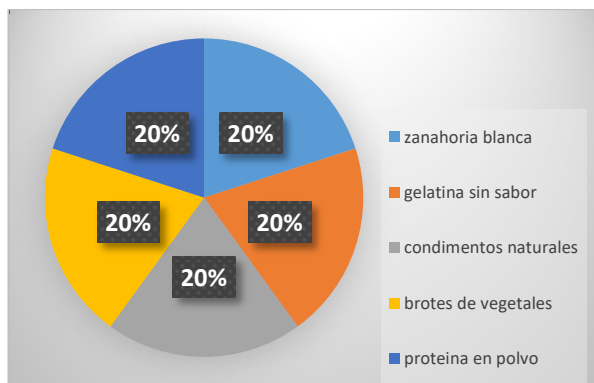


Figura 13:Estos alimentos están dentro del consumo diario

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

La interpretación de este resultado dio que un 20% consume zanahoria blanca en su dieta ya que ayuda a retrasar el envejecimiento de las células, un 20% dijo la gelatina sin sabor incluirla en sus postres, un 20% dice condimentos naturales hechos por ellos mismos y no comprado ya que ahí pondrán lo que crean necesario para su alimentación, un 20% consume brotes vegetales porque brinda vitaminas y minerales que necesita nuestro organismo consumir y un 20% dijo que se puede consumir proteínas en polvo para las personas deportistas ya que ayuda a su masa muscular.

Pregunta 3 ¿De qué forma influenciaría diferentes recetas en el tratamiento dialítico?

Tabla 24: Influencia las recetas en el tratamiento

| | F.A | F.R |
|-------|-----|------|
| mucho | 5 | 100% |
| poco | 0 | 0% |
| nada | 0 | 0% |
| Total | 5 | 100% |

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

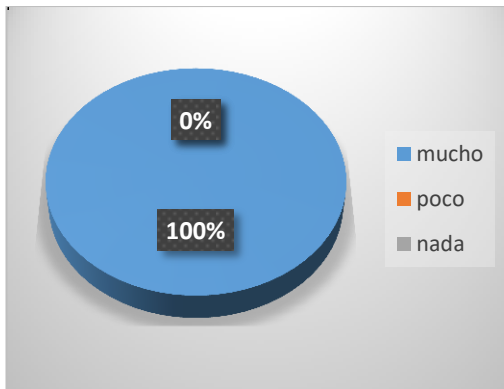


Figura 14: Que alimentos benefician el tratamiento

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

La interpretación de este resultado dice que el 100% que tener recetas para las personas que se están haciendo diálisis sería muy importante ya que conocerían que deben consumir y que sea beneficioso para su cuerpo y que no se tengan que estar privado de algo o consumir lo mismo y lo mismo sino ir variando.

Pregunta 4 ¿Con que facilidad se encuentra estos ingredientes?

Tabla 25: Encuentra fácilmente estos productos

| | F.A | F.R |
|---------------|-----|------|
| siempre | 5 | 100% |
| por temporada | 0 | 0% |
| Total | 5 | 100% |

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiyinga

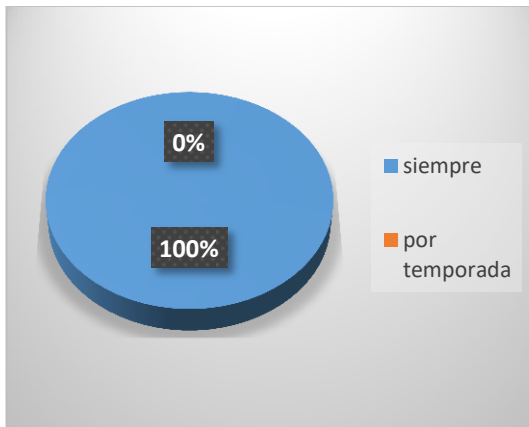


Figura 15 encuentra fácilmente estos productos

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiyinga

La interpretación de este resultado es que un 100% que estos alimentos que deben consumir las personas los encuentran siempre lo que pasa es que no saben combinarlos o desconocen que existen por lo cual no varían en sus recetas.

Pregunta 5 ¿Cree usted que tendría buena acogida un menú nutritivo?

Tabla 26: Tendrá acogida el menú nutricional.

| | F.A | F.R |
|-------|-----|------|
| si | 5 | 100% |
| no | 0 | 0% |
| Total | 5 | 100% |

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

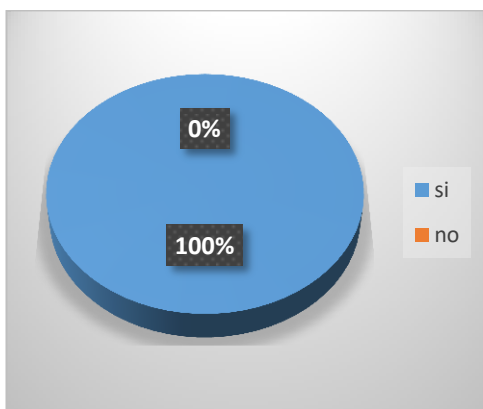


Figura 16 tendrá acogida el menú nutricional

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

La interpretación de este resultado dio que un 100% si tendría buena acogida un menú nutritivo para estas personas ya que sabrían que alimentos pueden consumir con tranquilidad sin preocuparse de que vaya afectar a su organismo y que podrían ir variando y realizarlos ellos mismos.

Pregunta 6 ¿Qué tipos de alimentos son los más aconsejables para tener un buen tratamiento dialítico?

Tabla 27: Que alimentos son aconsejables para el tratamiento.

| | F.A | F.R |
|----------------|-----|------|
| carbohidratos | 0 | 0% |
| vegetales | 0 | 0% |
| carnes blancas | 0 | 0% |
| todas | 5 | 100% |
| Total | 5 | 100% |

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

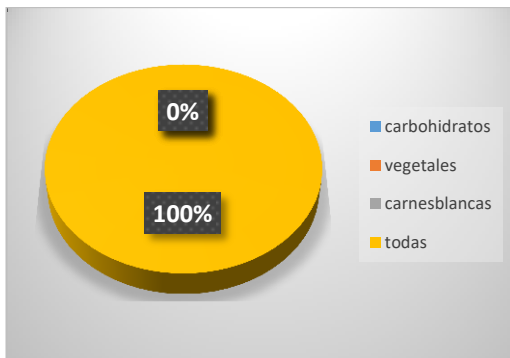


Figura 17: Que alimentos con aconsejables para el tratamiento

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

La interpretación de este resultado dio que un 100% está de acuerdo que para su menú diario deberían consumir: carbohidratos, vegetales, y carnes blancas deben estar presente en su alimentación.

Pregunta 7 ¿Cree usted necesario incorporar un suplementos de proteína para un menú nutricional que contrarreste la insuficiencia renal en tratamiento dialítico?

Tabla 28: Es necesario un suplemento de proteína.

| | F.A | F.R |
|-------|-----|------|
| si | 5 | 100% |
| no | 0 | 0% |
| TOTAL | 5 | 100% |

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

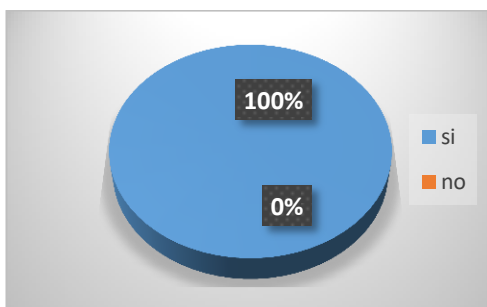


Figura 18: Es necesario un suplemento de proteína

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

La interpretación de este resultado dio que el 100% cree que es necesario incluir un suplemento de proteínas para que ayude con el tratamiento pero siempre y cuando tener en cuenta que eso no reemplazará a los alimentos naturales.

Pregunta 8¿En su opinión como influye la comida en su tratamiento?

Tabla 29: Influye la alimentación en el tratamiento.

| | F.A | F.R |
|-------|-----|------|
| mucho | 5 | 100% |
| poco | 0 | 0% |
| nada | 0 | 0% |
| Total | 5 | 100% |

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiyinga

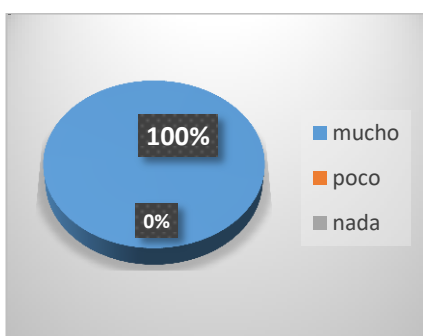


Figura 19: Influye la alimentación en el tratamiento.

Realizado por: Santiago Llumiyinga

La interpretación de este resultado dio que el 100% que una buena dieta en su alimentación influye mucho en su tratamiento ya que aporta con todo lo que su organismo necesita para poder funcionar de la mejor manera y no le altere.

Pregunta 9; ¿Qué acogida cree que tenga un menú nutricional alternativo para personas con insuficiencia renal en tratamiento dialítico?

Tabla 30: Tendrá acogida un menú nutricional para pacientes con insuficiencia renal en tratamiento dialítico.

| | F.A | F.R |
|---------------|-----|------|
| buena acogida | 5 | 100% |
| mala acogida | 0 | 0% |
| Total | 5 | 100% |

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga



Figura 20: Tendrá acogida un menú nutricional para pacientes con insuficiencia renal en tratamiento dialítico
Realizado por: Santiago Llumiquinga

La interpretación de este resultado dio que el 100% que un menú para personas en tratamiento dialítico tendría gran acogida ya que existiría una variedad de alimentos que podrían consumir y que su cuerpo asimilaría de mejor manera y podría darse sus gustitos siempre y cuando tengas las debidas precauciones y conocer cuáles son los alimentos que deben consumir.

Pregunta 10: ¿Usted estaría dispuesto a pagar por el recetario?

Tabla 31: Estaría dispuesto a pagar por el recetario.

| | F.A | F.R |
|-------|-----|------|
| si | 5 | 100% |
| no | 0 | 0% |
| Total | 5 | 100% |

Fuente: Encuesta realizada a los pacientes atendidos de la Clínica Baxter
Realizado por: Santiago Llumiquinga

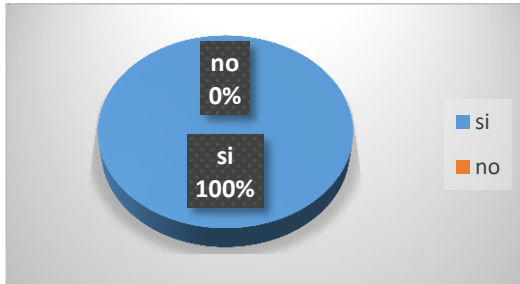


Figura 21: Estaría dispuesto a pagar por el recetario
Realizado por: Santiago Llumiquinga

La interpretación de este resultado dio que el 100% de las personas si están dispuestas a pagar por un recetario para conocer sobre las alternativas que tiene para consumir los diferentes alimentos y saber combinarlos para mejorar su estilo de vida.

2.5.2 Análisis e interpretación de resultados

La realización de la encuesta dio como resultado que es muy importante, la creación de menús alternativos para personas con insuficiencia renal en tratamiento dialítico, ya que las personas tienen escasos conocimiento de los alimentos que pueden ingerir en el día a día, gracias a la encuesta y entrevista podremos aplicar técnicas muy básicas de cocina, pero muy importantes para las personas que al no poder consumir, platos que ofrecen en un menú de restaurante se desmotivan, dejan de comer o ingieren alimentos no permitidos en su dieta

diaria con la ayuda de los menús alternativos, podrán utilizar a beneficio las personas con Insuficiencia Renal Crónica.

2.6 Síntesis del Capítulo

Este resumen es importantísimo ya que da a conocer la clasificación de la insuficiencia renal, uno de los principales síntomas es la retención de líquidos, la hinchazón de pies y tobillos o inflamación de las manos en algunos casos el rostro facial, otro síntoma es el cambio de color de la orina que puede tener otro aspecto, para saber el nivel de gravedad hay que reconocer el nivel de creatinina y nitrógeno ureico, depende la gravedad de la enfermedad puede afectar desde el 50% de daño interno así mismo como el daño en los riñones, se controla bastante el peso y se evitan productos como fosforo, potasio y el líquido vital es decir agua se toma según cuanto orine el paciente al día.

Una de la causa más común en las personas es la diabetes seguida de la tensión arterial alta llamada hipertensión estos trastornos dañan, lesionan los vasos sanguíneos de los riñones otro factor es la obstrucción de las vías urinarias, uno de los síntomas más comunes pueden tener necesidad de ir al baño en la noche según como la enfermedad avanza la persona comienza a sentirse fatigado, débil y disminución de la agilidad mental, además pueden tener como consecuencia la pérdida de apetito y dificultad para respirar, además pueden presentar moretones con facilidad.

Los músculos y nervios producen trastornos como: calambres, debilidad muscular y dolores, además produce hormigueo en las extremidades inferiores y sensibilidad en el cuerpo.

Muchos se preguntan que es la diálisis pues es el tratamiento que reciben los pacientes cuando la persona ya no puede llevar a cabo sus actividades habituales a causa de alteraciones en el organismo.

Las sesiones de diálisis varían de acuerdo con el nivel de función renal de, cada paciente, pero se requiere diálisis tres veces por semana. Un tratamiento de diálisis permite llevar una vida razonablemente normal y retomar algunas actividades de cada paciente, esta se divide en Hemodiálisis y diálisis peritoneal si una persona no realiza esos procesos puede darse el trasplante de riñón Si esta situación se prolonga, usted se sentirá bastante enfermo y finalmente fallecerá. El trasplante renal es un tratamiento quirúrgico para la insuficiencia renal, también conocida como, enfermedad renal terminal.

Este método tiene sus beneficios y sus riesgos aquí los siguientes.

- Si el trasplante renal resulta ser todo un éxito, evitarán la necesidad de someterse a diálisis.
- Si hay evidencia de que un trasplante de riñón exitoso prolonga la vida de la mayoría de los pacientes con enfermedad renal terminal,
- Un trasplante de riñón satisfactorio puede incrementar el recuento sanguíneo y el nivel de energía y sobretodo el apetito.

Pero así mismo sus riesgos pueden ser los siguientes

- En la mayoría de los casos, una persona con insuficiencia renal presenta un recuento sanguíneo bajo y no puede donar su propia sangre para que se la utilice durante la cirugía.
- Si el riñón proviene de una persona fallecida, es imposible predecir el riñón cuándo estará disponible. Dado que la sangre es un tejido vivo.

Dentro de lo que tiene que ver con la dieta los pacientes pueden consumir leche en polvo, yogur natural, queso dentro de lo que se refiere a proteínas pollo, pescado, corvina, chivo.

Otros productos buenos son el plátano el aguacate, acelga y espinaca.

Dentro de los tipos de cocción se debe evitar grasas saturadas lo mejor es cocinar al vapor.

CAPITULO III: PROPUESTA

3.1. Menú Gastronómico Para Personas Con Insuficiencia Renal En Tratamiento Dialítico

3.2. Macro y micro localización



Figura 22 Provincia de Pichincha, Quito
Fuente: Municipio de Quito

3.1.2 Límites Geográficos

NORTE: Provincia de Imbabura.

SUR: Cantones Rumiñahui y Mejía.

ESTE: Cantones Pedro Moncayo y Provincia de Napo.

OESTE: Cantones Pedro Vicente Maldonado, Los Bancos y la Provincia de Santo Domingo de los Tsáchilas.

3.1.3 Quito

San Francisco de Quito, es la ciudad capital de la República del Ecuador y también de la Provincia de Pichincha, es la segunda ciudad más poblada del Ecuador. Además es cabecera cantonal o distrital del Distrito Metropolitano de

Quito. Actualmente es considerada la capital económica del país. Debido a su alto índice de desarrollo humano, Quito será la ciudad más poblada del país en el 2020.

Abarca a las principales empresas nacionales e internacionales, además acoge a diversos hospitales, clínicas uno de los principales es el hospital Eugenio Espejo, el mismo que tiene diferentes especialidades, una de ellas es Nefrología con tratamientos de hemodiálisis y diálisis peritoneal. El hospital tiene convenios con diferentes casas de salud que ofrecen estos tratamientos, ya que ayudan por la cantidad de personas que se realizan la terapia de hemodiálisis.

3.2.3 Hospital Eugenio Espejo

(Espejo, 2016, Enero 15) Menciona que solamente existían Hospitales en Quito, Guayaquil, Cuenca y su atención era dada por los barchilones es decir practicantes ya que no existía escuelas de enfermería con los conocimientos adecuados, por lo que las hermanitas de la Caridad cumplían con funciones de enfermería.

En 1890 nace la necesidad de construir, una nueva casa de salud en Quito ya que el hospital que funcionaba en aquellos tiempos era el hospital san Juan de Dios ya que estaba en deterioro, y no además por la cantidad de usuarios no tenía el espacio que necesitaban los pacientes.

¿Por qué se lo nombró Eugenio Espejo?

Antiguamente existía la costumbre de designar a las instituciones con el nombre de santos o personajes destacados en la religión católica, esto influía directamente en las decisiones y obras de los gobiernos del mundo entero, sin embargo fue grande la presión de los médicos porque se reconoció al pionero de la medicina ecuatoriana, y que se designe como Eugenio Espejo al nuevo hospital.

Eugenio Espejo o mejor dicho Luis Chusig fue escritor por vocación y médico por profesión, criado y educado en el viejo hospital de la misericordia de nuestro señor Jesucristo (Hospital San Juan De Dios) guiado por un médico y boticario de fama y mucha experiencia. El betlemita José del Rosario.

Actualmente el Hospital Eugenio Espejo, cuenta con un edificio de diez pisos, dos subsuelos, capacidad para atender a seiscientos pacientes hospitalizados, se presta atención en más de treinta y seis especialidades médicas y varias de ellas con subespecialidades, un servicio de emergencia moderno, farmacia, etc.

Se continúa formando a los estudiantes de pregrado y postgrado de medicina de las diferentes facultades del país.

También han mejorado los servicios de salud en Ecuador mejorando los estilos de vida y una de las alternativas del proyecto es presentar recetarios alternativos.

3.2.4 Baxter

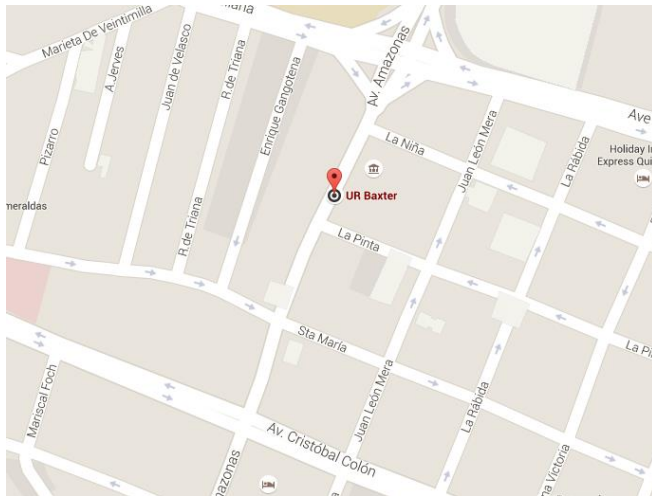


Figura 23 Clínica Renal Baxter

Fuente: mapas google

Historia de Baxter

(Baxter, 2016, Enero 29) Se ubica en el sector de la Mariscal se encuentra en la avenida Amazonas y Orellana.

La compañía se fundó como el primer fabricante de soluciones intravenosas (IV) preparadas con fines comerciales.

Baxter introdujo Home Choice PRO con PD Link, un sistema de diálisis renal diseñado para mejorar el cuidado de las personas con insuficiencia renal crónica, utilizando una tecnología computarizada avanzada para monitorizar y comunicar datos críticos de la terapia desde la casa del paciente hasta su médico.

Ingresa al Ecuador en el siglo XXI, a las principales ciudades como Quito, Guayaquil y Cuenca brindando servicios como hemodiálisis, diálisis peritoneal con médicos especializados. Que cumplen con normas ISSO 22000.

3.3. Esquema de la propuesta

Tabla 32: Esquema de la propuesta

| VIABILIDAD | IMPACTO | RECURSOS |
|--|--|---|
| Será factible la realización de este, ya que se carece de menús para personas con insuficiencia renal en tratamiento dialítico y beneficiara a futuro a los pacientes de la Clínica Baxter y a personas que padezcan de esta enfermedad. | Beneficiará a los pacientes de la clínica Baxter y a otras personas que sufren de esta enfermedad. | En la clínica Renal Baxter existen 158 Pacientes los cuales necesitan menús que ayuden a mejorar su estado nutricional con alimentos que son de un precio económico y fácil de comprar con ayuda de la nutricionista de la clínica y estudiantes del Instituto ITHI en la asesoría nutricional. |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

3.3 Presupuesto

Tabla 23: Presupuesto

| | | |
|---|-------------------------------------|------|
| 1 | equipos y servicios técnicos | 20 |
| 2 | transportes y salidas de campo | 20 |
| 3 | materiales y suministros | 10 |
| 4 | material bibliográfico y fotocopias | 10 |
| 5 | varios e imprevistos | 10 |
| 6 | material de menús | 600 |
| 7 | derechos de grado | 616 |
| | Total | 1286 |

3.4 Recetario para Pacientes con Enfermedad Renal en Tratamiento

Dialítico.

Tabla 24: Tartaleta de zanahoria blanca y amarilla.

| | |
|--|---|
| Nombre del plato: Tartaleta de zanahoria blanca y amarilla rellena de pollo con pimientos y claras de huevo | Numero de receta:01 Tipo de plato: Entrada |
| Ingredientes: Zanahoria blanca 120g , Zanahoria amarilla 120g, Harina 100 g , Pollo 350 g, Pimientos 100 g , Claras de huevos 60 g, Sal, orégano | |
| Elaboración: Cocinar las dos zanahorias en una olla con agua, durante 3 minutos después de los tres minutos botar el agua de las zanahorias y agregar nuevamente agua y dejar cocinar muy bien, cuando estén suaves sacarlas y aplastar hasta formar un puré agregar una clara de huevo, y mezclar con harina en el molde de la tartaleta agregar un poco de harina y mandar al horno durante 15 minutos a 180°C cuando esté listo, dejar enfriar y sacar del molde al pollo previamente cocinarlo con cebollas y especias, los pimientos cortar al gusto y saltear con poco de aceite agregar orégano el pollo decorar sobre la tartaleta. | |
| Conclusión: Comer todos los días claras de huevo es sumamente importante en tratamiento de diálisis | Cambios: Puedes agregar colorantes naturales para dar color a los alimentos y sentir más gusto al comerlos |

Realizado por: Santiago Llumiyinga

Tabla 25: Receta Estándar de Tartaleta de Zanahoria.

| Receta Estándar | | | | | |
|---------------------------|------------------------|--|--------------|----------------|-------------|
| NOMBRE DE LA PREPARACION: | | Tartaleta de zanahoria blanca y amarilla rellena de pollo con pimientos y claras de huevo. | | | |
| RESPONSABLE | : Santiago Llumiquinga | | | | |
| PESO DE LA PREPARACION | 875 | | | | |
| NUMERO DE PORCIONES | 4 | | | | |
| TIEMPO TOTAL: | 45 minutos | | | | |
| INGREDIENTE | U.medida | Cantidad | precio | costo unitario | costo total |
| Zanahoria blanca | g | 120 | 0,75 | 0,0017 | 0,20 |
| Zanahoria amarilla | g | 120 | 0,75 | 0,0017 | 0,20 |
| Pollo | g | 350 | 1,4 | 0,00308 | 1,08 |
| Harina | g | 100 | 0,5 | 0,00110 | 0,11 |
| Pimiento verde | g | 100 | 0,5 | 0,00110 | 0,11 |
| Claros de huevos | g | 60 | 0,15 | 0,00033 | 0,02 |
| orégano | g | 25 | 1 | 0,00220 | 0,06 |
| | | | C..M.P. | | 1,77 |
| | | | M.E 5-15% | 10% | 0,177 |
| | | | C.T.M.P. | | 1,948 |
| | | | C.P | | 0,487 |
| | | | CIF 15% | 15% | 0,073 |
| | | | M.O 45% | 45% | 0,219 |
| | | | G.AD 12% | 12% | 0,058 |
| | | | C.T. | | 0,838 |
| | | | COSTO 33.33% | | 2,764 |
| | | | IMPUESTOS | | |
| | | | 22% | 22% | 0,608 |
| | | | P.V.P | | 3,372 |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

Tabla 26: Cálculo de KCAL de Tartaleta de Zanahoria

| INGREDIENTES | kcal totales | 100 | CARBOHIDRATOS TOTALES | PROTEINAS TOTALES | GRASAS TOTALES |
|--------------------|--------------|-----|-----------------------|-------------------|----------------|
| Zanahoria blanca | 160 | | 38,06 | 1,36 | 0,28 |
| Zanahoria amarilla | 41 | | 9,2 | 0,6 | 0,5 |
| Pollo | 151 | | 0 | 28,98 | 3,03 |
| Harina | 364 | | 76,31 | 10,33 | 0,98 |
| Pimiento verde | 42 | | 7,7 | 1,5 | 0,5 |
| Claros de huevos | 52 | | 0,73 | 10,9 | 0,17 |
| orégano | 306 | | 64,43 | 11 | 10,25 |

| INGREDIENTES | CANTIDAD/g | ENERGIA/ KCAL | CARBOHIDRATOS/g | PROTEINAS/g | GRASAS/g |
|--------------------|------------|---------------|-----------------|-------------|----------|
| Zanahoria blanca | 120 | 192 | 45,672 | 1,632 | 0,336 |
| Zanahoria amarilla | 120 | 49,2 | 11,04 | 0,72 | 0,6 |
| Pollo | 350 | 528,5 | 0 | 101,43 | 10,605 |
| Harina | 100 | 364 | 76,31 | 10,33 | 0,98 |
| Pimiento verde | 100,00 | 42 | 7,7 | 1,5 | 0,5 |
| Claros de huevos | 60 | 31,2 | 0,438 | 6,54 | 0,102 |
| orégano | 25 | 76,5 | 16,1075 | 2,75 | 2,5625 |
| total | 875 | 1283,4 | 157,2675 | 124,902 | 15,6855 |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

Tabla 27: Tartaleta de zuquini

| | |
|---|---|
| Nombre del plato: Tartaleta de zuquini y yuca verduras de melloco, brócoli y claras de huevo cocidas | Numero de receta:02 Tipo de plato: Entrada |
| Ingredientes: Yuca 250g, Zuquini100 g, Harina100g, Melloco 150 g, Brócoli 100g, Claras de huevo 60 g, sal opcional. | |
| Elaboración: Cocinar la yuca durante 10 minutos después de ese tiempo botar el agua y agregar nuevamente agua y dejar cocinar hasta que estén suaves para formar puré y agregar el zuquini, rallado o cortado en cubos muy pequeños mezclar con harina hasta que tenga una consistencia suave, en un molde agregar la masa y hornear por 10 minutos a 180° dejar enfriar. Cocinar el melloco el brócoli por 5 minutos, botar el agua y continuar cocinando hasta que estén suaves cortar el melloco y lavar por dos veces, mezclar con el brócoli y el orégano agregar una pisco de sal cocinar una clara de huevo en agua, y agregar sobre la tartaleta junto al melloco y el brócoli. | |
| Conclusión: Es importante eliminar el exceso de minerales de a cada alimento ya que pueden tener mucho potasio y afectar al sistema cardiaco. | Cambios: puedes agregar cilantro, perejil, para que tenga un mejor olor y sabor. |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

Tabla 28: Receta Estándar de Tartaleta de Zuquini

| RECETA ESTANDAR | | | | | |
|---------------------------|------------------------|---|-----------|----------------|-------|
| NOMBRE DE LA PREPARACION: | | Tartaleta de zuquini y yuca verduras de melloco, brócoli y claras de huevo cocidas. | | | |
| RESPONSABLE | : Santiago Llumiquinga | | | | |
| PESO DE LA PREPARACION | 760 | | | | |
| NUMERO DE PORCIONES | 4 | | | | |
| TIEMPO TOTAL: | 45 minutos | | | | |
| INGREDIENTE | U.medida | Cantidad | precio | costo unitario | Costo |
| Yuca, | g | 250 | 1,25 | 0,0028 | 0,69 |
| Zuquini, | g | 100 | 0,75 | 0,0017 | 0,17 |
| Harina, | g | 100 | 0,5 | 0,0011 | 0,11 |
| Mellico, | g | 150 | 1,5 | 0,0033 | 0,50 |
| Brócoli | g | 100 | 0,5 | 0,0011 | 0,11 |
| Claras de huevo, | g | 60 | 0,15 | 0,00033 | 0,02 |
| | | | C..M.P. | | 1,59 |
| | | | M.E 5-15% | 10% | 0,159 |
| | | | C.T.M.P. | | 1,748 |
| | | | C.P | | 0,437 |
| | | | CIF 15% | 15% | 0,066 |
| | | | M.O 45% | 45% | 0,197 |
| | | | G.AD 12% | 12% | 0,052 |
| | | | C.T. | | 0,752 |
| | | | COSTO | | |
| | | | 33.33% | | 2,481 |
| | | | IMPUESTOS | | |
| | | | 22% | 22% | 0,546 |
| | | | P.V.P | | 3,026 |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

Tabla 29: Cálculo de KCAL de tartaleta de zuquini

| INGREDIENTES | kcal totales | 100 | CARBOHIDRATOS TOTALES | PROTEINAS TOTALES | GRASAS TOTALES |
|------------------|--------------|-----|-----------------------|-------------------|----------------|
| Yuca, | 320 | | 81 | 1,7 | 0,28 |
| Zuquini, | 16 | | 3,35 | 1,26 | 0,18 |
| Harina, | 354 | | 76,31 | 10,33 | 0,98 |
| Mellico, | | | | | |
| Brócoli | 34 | | 6,64 | 2,38 | 0,41 |
| Claras de huevo, | 52 | | 0,73 | 10,9 | 0,17 |

| INGREDIENTES | CANTIDAD/g | ENERGIA/ KCAL | CARBOHIDRATOS/g | PROTEINAS/g | GRASAS/g |
|------------------|------------|---------------|-----------------|-------------|----------|
| Yuca, | 250 | 800 | 202,5 | 4,25 | 0,7 |
| Zuquini, | 100 | 16 | 3,35 | 1,26 | 0,18 |
| Harina, | 100 | 354 | 76,31 | 10,33 | 0,98 |
| Mellico, | 150 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Brócoli | 100 | 34 | 6,64 | 2,38 | 0,41 |
| Claras de huevo, | 60 | 31,2 | 0,438 | 6,54 | 0,102 |
| Total | 760 | 1235,2 | 289,238 | 24,76 | 2,372 |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

Tabla 30: Tomates rellenos

| | |
|--|---|
| <p>Nombre del plato: Tomates rellenos con pollo cocinados con claras de huevo y brotes de brócoli</p> | <p>Numero de receta:03 Tipo de plato: Entrada</p> |
| <p>Ingredientes: Tomates 400g, Pollo400 g, Claras de huevo120 g, Brotes de brócoli 120g, Sal.</p> | |
| <p>Elaboración:</p> <p>Cocinar el pollo solamente con agua cuando este cocido desmenuzar y reservar.</p> <p>Coger el tomate lavarlo previamente y sacar el relleno,</p> <p>Mesclar los brotes con el pollo desmenuzado. En una olla con agua hirviendo agregar la clara de huevo y dejar que se cocine, decorar sobre el tomate,</p> <p>Opcional agregar aceite de oliva o vegetal.</p> | |
| <p>Conclusión:</p> <p>La proteína, albumina solo se encuentra en las claras de huevo y zanahoria blanca.</p> | <p>Cambios:</p> |

Realizado por: Santiago Llumiyinga

Tabla 31: Receta Estándar de Tomates Rellenos

| RECETA ESTANDAR | | | | | |
|---------------------------|--|----------|---------------|----------------|-------------|
| NOMBRE DE LA PREPARACION: | Tomates rellenos con pollo cocinados con claras de huevo y brotes de brócoli | | | | |
| RESPONSABLE | : Santiago Llumiquinga | | | | |
| PESO DE LA PREPARACION | 1120 | | | | |
| NUMERO DE PORCIONES | 4 | | | | |
| TIEMPO TOTAL: | 30 minutos | | | | 454 |
| INGREDIENTE | U. Medida | Cantidad | precio | costo unitario | costo total |
| Tomates, | g | 400 | 1 | 0,0022026 | 0,88 |
| Pollo, | g | 400 | 1,4 | 0,0030837 | 1,23 |
| Claras de huevo, | g | 120 | 0,15 | 0,0003304 | 0,04 |
| Brotes de brócoli, | g | 200 | 1,8 | 0,0039648 | 0,79 |
| | | | C..M.P. | | 2,95 |
| | | | M.E 5-15% | 10% | 0,295 |
| | | | C.T.M.P. | | 3,242 |
| | | | C.P | | 0,810 |
| | | | CIF 15% | 15% | 0,122 |
| | | | M.O 45% | 45% | 0,365 |
| | | | G.AD 12% | 12% | 0,097 |
| | | | C.T. | | 1,394 |
| | | | COSTO 33.33% | | 4,600 |
| | | | IMPUESTOS 22% | 22% | 1,012 |
| | | | P.V.P | | 5,612 |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

Tabla 32: Cálculo de KCAL de Tomates Rellenos

| INGREDIENTES | kcal totales | 100 | CARBOHIDRATOS TOTALES | PROTEINAS TOTALES | GRASAS TOTALES |
|-------------------|--------------|-----|-----------------------|-------------------|----------------|
| Tomate | 19 | | 4,3 | 0,8 | 0,2 |
| Pollo | 119 | | 0 | 21,4 | 3,1 |
| Claras de huevo | 52 | | 0,73 | 10,9 | 0,17 |
| Brotes de brocoli | 40 | | 5,7 | 4,9 | 0,9 |

| INGREDIENTES | CANTIDAD/g | ENERGIA/ KCAL | CARBOHIDRATOS/g | PROTEINAS/g | GRASAS/g |
|-------------------|------------|---------------|-----------------|-------------|----------|
| Tomate | 400 | 76 | 17,2 | 3,2 | 0,8 |
| Pollo | 400 | 476 | 0 | 85,6 | 12,4 |
| Claras de huevo | 120 | 62,4 | 0,876 | 13,08 | 0,204 |
| Brotes de brocoli | 200 | 80 | 11,4 | 9,8 | 1,8 |
| Total | 1120 | 694,4 | 29,476 | 111,68 | 15,204 |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

Tabla 33: Churrasco blanco

| | |
|---|--|
| Nombre del plato: | Numero de receta:04 |
| Churrasco blanco | Tipo de plato: Entrada |
| Ingredientes: pollo 200g , Claras de huevo 60 g, yuca 100g, Arroz blanco100g , apio 10 g y lechuga 5 g. | |
| Elaboración: Cortar la yuca en forma de bastones, y cocinar. El arroz cocinar y reservar. En un sartén agregar los filetes de pollo, freír y dorar con el propio aceite. En el mismo sartén agregar las claras de huevo, freír y reservar. El apio y la lechuga lavar y cortar en pedazos. Agregar el arroz los bastones de yuca los filetes de pollo y sobre ellos colocar las claras de huevo acompañar con la ensalada de apio y lechuga. | |
| Conclusión: Los carbohidratos ayudan al organismo a elaborar energía al cuerpo. | Cambios: Agregar aceite vegetal (oliva, girasol) para freír la yuca o las claras de huevo. |

Realizado por: Santiago Llumiyinga

Tabla 34: Receta Estándar de Churrasco Blanco

| Receta Estándar | | | | | |
|----------------------------------|------------------------|----------|---------------|----------------|-------------|
| NOMBRE DE LA PREPARACION: | Churrasco blanco | | | | |
| RESPONSABLE | : Santiago Llumiquinga | | | | |
| PESO DE LA PREPARACION | 457 | | | | |
| NUMERO DE PORCIONES | 1 | | | | |
| TIEMPO TOTAL: | 50 minutos | | | | |
| INGREDIENTE | U.medida | Cantidad | precio | costo unitario | costo total |
| Filete de pollo, | g | 200 | 1,4 | 0,00308 | 0,62 |
| Claras de huevo, | g | 60 | 0,15 | 0,00033 | 0,02 |
| Bastones de yuca, | g | 100 | 1,25 | 0,00275 | 0,28 |
| Arroz blanco, | g | 100 | 0,55 | 0,00121 | 0,12 |
| Apio | g | 10 | 0,25 | 0,00055 | 0,01 |
| Lechuga | g | 5 | 0,25 | 0,00055 | 0,00 |
| | | | C..M.P. | | 0,40 |
| | | | M.E 5-15% | 10% | 0,040 |
| | | | C.T.M.P. | | 0,445 |
| | | | C.P | | 0,445 |
| | | | CIF 15% | 15% | 0,067 |
| | | | M.O 45% | 45% | 0,200 |
| | | | G.AD 12% | 12% | 0,053 |
| | | | C.T. | | 0,766 |
| | | | COSTO 33.33% | | 2,527 |
| | | | IMPUESTOS 22% | 22% | 0,556 |
| | | | P.V.P | | 3,083 |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

Tabla 35: Cálculo de KCAL de Churrasco Blanco

| INGREDIENTES | kcal totales | 100 | CARBOHIDRATOS TOTALES | PROTEINAS TOTALES | GRASAS TOTALES |
|-----------------|--------------|---------------|-----------------------|-------------------|----------------|
| Filete de pollo | 119 | | 0 | 21,4 | 3,1 |
| Claras de huevo | 52 | | 0,73 | 10,9 | 0,17 |
| Yuca | 320 | | 81 | 1,7 | 0,28 |
| Apio | 21 | | 3,8 | 0,7 | 0,2 |
| Lechuga | 12 | | 2,1 | 1,3 | 0,2 |
| arroz blanco | 360 | | 79,34 | 6,61 | 0,58 |
| INGREDIENTES | CANTIDAD/g | ENERGIA/ KCAL | CARBOHIDRATOS/g | PROTEINAS/g | GRASAS/g |
| Filete de pollo | 200 | 238 | 0 | 42,8 | 6,2 |
| Claras de huevo | 60 | 31,2 | 0,438 | 6,54 | 0,102 |
| Yuca | 100 | 320 | 81 | 1,7 | 0,28 |
| Apio | 10 | 21 | 3,8 | 0,7 | 0,2 |
| Lechuga | 5 | 1,2 | 0,21 | 0,13 | 0,02 |
| arroz blanco | 100 | 18 | 3,967 | 0,3305 | 0,029 |
| Total | 475 | 629,4 | 89,415 | 52,2005 | 6,831 |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

Tabla 36: Causa blanca

| | |
|---|---|
| Nombre del plato: Causa blanca | Numero de receta:05 |
| | Tipo de plato: plato principal y/o plato principal |
| Ingredientes: Zanahoria blanca 150 gr, pollo 250 gr, perejil 10 gr, espinaca 10 gr, lechuga 10 gr. | |
| Elaboración: Cocinar el pollo, desmenuzarlo y reservar. Cocinar la zanahoria blanca hasta que esté muy suave y hacer un puré, En una olla agregar espinaca, cuando esta cocinada licuarla y mezclar con la mitad del puré la otra mitad reservar. Con la ayuda de un molde redondo, agregar una capa de puré de color verde seguidamente una capa de pollo desmenuzada con perejil picado y agregar otra capa de puré normal decorar, con lechuga. | |
| Conclusión: Con la ayuda de vegetales podemos dar colores naturales o con colorantes artificiales. | Cambios: Agregar gotitas de limón en el puré para que tenga un sabor más interesante. |

Realizado por: Santiago Llumiyinga

Tabla 37: Receta Estándar de Causa Blanca

| RECETA ESTANDAR | | | | | |
|---------------------------|------------------------|----------|--------|----------------|-------------|
| NOMBRE DE LA PREPARACION: | Causa blanca | | | | |
| RESPONSABLE | : Santiago Llumiquinga | | | | |
| PESO DE LA PREPARACION | 430 | | | | |
| NUMERO DE PORCIONES | 1 | | | | |
| TIEMPO TOTAL: | 30 minutos | | | | |
| INGREDIENTE | U.medida | Cantidad | precio | costo unitario | costo total |
| Zanahoria blanca | Gr | 150 | 0,75 | 0,001652 | 0,25 |
| pollo | Gr | 250 | 1,4 | 0,003084 | 0,77 |
| Perejil, | Gr | 10 | 0,25 | 0,000551 | 0,01 |
| Espinaca, | Gr | 10 | 0,35 | 0,000771 | 0,01 |
| Lechuga | Gr | 10 | 0,25 | 0,000551 | 0,01 |
| C..M.P. | | | | | 0,79 |
| M.E 5-15% | | | | 10% | 0,079 |
| C.T.M.P. | | | | | 0,869 |
| C.P | | | | | 0,869 |
| CIF 15% | | | | 15% | 0,130 |
| M.O 45% | | | | 45% | 0,391 |
| G.AD 12% | | | | 12% | 0,104 |
| C.T. | | | | | 1,494 |
| COSTO 33.33% | | | | | 4,930 |
| IMPUESTOS 22% | | | | 22% | 1,085 |
| P.V.P | | | | | 6,015 |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

Tabla 38: Cálculo de KCAL de Causa Blanca

| INGREDIENTES | kcal totales | 100 | CARBOHIDRATOS TOTALES | PROTEINAS TOTALES | GRASAS TOTALES |
|------------------|--------------|-----|-----------------------|-------------------|----------------|
| Zanahoria blanca | 160 | | 38,06 | 1,36 | 0,28 |
| Pollo | 151 | | 0 | 28,98 | 3,03 |
| Perejil | 56 | | 9,9 | 4,8 | 0,7 |
| Espinaca | 32 | | 6,3 | 1,9 | 0,6 |
| Lechuga | 12 | | 2,1 | 1,3 | 0,2 |

| INGREDIENTES | CANTIDAD/g | ENERGIA/ KCAL | CARBOHIDRATOS/g | PROTEINAS/g | GRASAS/g |
|------------------|------------|---------------|-----------------|-------------|----------|
| Zanahoria blanca | 150 | 240 | 57,09 | 2,04 | 0,42 |
| Pollo | 250 | 377,5 | 0 | 72,45 | 7,575 |
| Perejil | 10 | 5,6 | 0,99 | 0,48 | 0,07 |
| Espinaca | 10 | 3,2 | 0,63 | 0,19 | 0,06 |
| Lechuga | 10 | 1,2 | 0,21 | 0,13 | 0,02 |
| Total | 430 | 627,5 | 58,92 | 75,29 | 8,145 |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

Tabla 39: Pate de Hígado

| | |
|--|---|
| Nombre del plato: | Numero de receta:06 |
| Pate de hígado relleno con pollo | Tipo de plato: plato principal y/o plato principal |
| Ingredientes: Hígado de pollo 200g, Vinagre 10g, Azúcar 5g, Pollo 80g, gelatina sin sabor 10g. | |
| ELABORACIÓN: En un sartén agregar los hígados, freír. Cocinar el pollo desmenuzar y reservar Agregar en un recipiente, vinagre agua, azúcar mezclar muy bien. En un recipiente agregar la gelatina sin sabor con un poco de agua, hasta que se hidrate (quede seco), después poner en una olla abañó maría por 4 minutos. Agregar en una licuadora los hígados de pollo y la mezcla de vinagre, azúcar y la gelatina sin sabor Mesclar muy bien poner en un molde, una capa del pate otra del pollo desmenuzado seguidamente otra del pate dejar enfriar por 30 minutos | |
| Conclusion: | Cambios: Freír los hígados con cebollas perla, paiteña o ajo. |

Realizado por: Santiago Llumiyinga

Tabla 40: Receta Estándar de Pate de Hígado

| RECETA ESTANDAR | | | | | |
|---------------------------|----------------------------------|----------|---------------|----------------|-------------|
| NOMBRE DE LA PREPARACION: | Pate de hígado relleno con pollo | | | | |
| RESPONSABLE | : Santiago Llumiuinga | | | | |
| PESO DE LA PREPARACION | 305 | | | | |
| NUMERO DE PORCIONES | 1 | | | | |
| TIEMPO TOTAL: | 30 minutos | | | | |
| INGREDIENTE | U.medida | Cantidad | precio | costo unitario | costo total |
| Hígado de pollo | g | 200 | 1,5 | 0,00330 | 0,66 |
| Vinagre | ml | 10 | 2,3 | 0,00507 | 0,05 |
| Azúcar | g | 5 | 0,5 | 0,00110 | 0,01 |
| Pollo | g | 80 | 1,4 | 0,00308 | 0,25 |
| gelatina sin sabor | g | 10 | 0,85 | 0,00187 | 0,02 |
| | | | C..M.P. | | 0,32 |
| | | | M.E 5-15% | 10% | 0,032 |
| | | | C.T.M.P. | | 0,354 |
| | | | C.P | | 0,354 |
| | | | CIF 15% | 15% | 0,053 |
| | | | M.O 45% | 45% | 0,159 |
| | | | G.AD 12% | 12% | 0,042 |
| | | | C.T. | | 0,608 |
| | | | COSTO 33.33% | | 2,008 |
| | | | IMPUESTOS 22% | 22% | 0,442 |
| | | | P.V.P | | 2,450 |

Realizado por: Santiago Llumiuinga

Tabla 41: Cálculo de KCAL de Pate de Hígado

| INGREDIENTES | kcal totales | 100 | CARBOHIDRATOS TOTALES | PROTEINAS TOTALES | GRASAS TOTALES |
|--------------------|--------------|-----|-----------------------|-------------------|----------------|
| Hígado de pollo | 125 | | 3,4 | 18 | 3,9 |
| Vinagre | 21 | | 6 | 0 | 0 |
| Azucar | 384 | | 99,2 | 0 | 0 |
| Pollo | 151 | | 0 | 28,98 | 3,03 |
| Gelatina sin sabor | 0 | | 0 | 7 | 0 |

| INGREDIENTES | CANTIDAD/g | ENERGIA/ KCAL | CARBOHIDRATOS/g | PROTEINAS/g | GRASAS/g |
|--------------------|------------|---------------|-----------------|-------------|----------|
| Hígado de pollo | 200 | 250 | 6,8 | 36 | 7,8 |
| Vinagre | 10 | 2,1 | 0,6 | 0 | 0 |
| azúcar | 5 | 19,2 | 4,96 | 0 | 0 |
| Pollo | 80 | 120,8 | 0 | 23,184 | 2,424 |
| Gelatina sin sabor | 10 | 0 | 0 | 0,7 | 0 |
| Total | 305 | 392,1 | 12,36 | 59,884 | 10,224 |

Realizado por: Santiago Llumiuinga

Tabla 42: Pollo Relleno con Vegetales

| | |
|---|--|
| Nombre del plato: | Numero de receta:07 |
| Pollo relleno con vegetales morrón , zanahoria | Tipo de plato: plato principal y/o plato principal |
| Ingredientes: Pechuga de pollo 350 g, Pimientos 80 g, Zanahoria Amarilla 80 g. | |
| Elaboración: Filetear la pechuga de pollo sin romper reservar. Los pimientos asarlos a fuego directo hasta que estén muy quemados pero a su vez intacto por dentro, al terminar lavar los pimientos cortar, y reservar. A la zanahoria amarilla cortar finamente o en láminas y reservar A las pechugas de pollo abrirlas y poner en el centro las zanahorias, y los pimientos, dar una forma cilíndrica con papel film, dar forma de salchicha y cocinar por 25 minutos cortar en medallones. | |
| Conclusión: El Asado es una técnica de cocción a temperatura fuerte en un horno o sobre brasas. Ayuda a dar sabores intensos, | Cambios: Se puede agregar otros vegetales a elegir para el relleno |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

Tabla 43: Receta Estándar de Pollo Relleno con Vegetales

| RECETA ESTANDAR | | | | | |
|---------------------------|--|----------|---------------|----------------|-------------|
| NOMBRE DE LA PREPARACION: | Pollo relleno con vegetales morrón , zanahoria | | | | |
| RESPONSABLE | : Santiago Llumiquinga | | | | |
| PESO DE LA PREPARACION | 550 | | | | |
| NUMERO DE PORCIONES | 2 | | | | |
| TIEMPO TOTAL: | 45 minutos | | | | |
| INGREDIENTE | U.medida | Cantidad | precio | costo unitario | costo total |
| Pechuga de pollo, | g | 350 | 1,4 | 0,0030837 | 1,08 |
| Pimientos, | g | 80 | 0,5 | 0,001101322 | 0,09 |
| Zanahoria amarilla | g | 80 | 0,75 | 0,001651982 | 0,13 |
| | | | C..M.P. | | 1,30 |
| | | | M.E 5-15% | 10% | 0,13 |
| | | | C.T.M.P. | | 1,43 |
| | | | C.P | | 0,71 |
| | | | CIF 15% | 15% | 0,11 |
| | | | M.O 45% | 45% | 0,32 |
| | | | G.AD 12% | 12% | 0,09 |
| | | | C.T. | | 1,23 |
| | | | COSTO 33.33% | | 4,06 |
| | | | IMPUESTOS 22% | 22% | 0,89 |
| | | | P.V.P | | 4,95 |

Realizado por:

Santiago Llumiquinga

Tabla 44: Cálculo de KCAL de Pollo Relleno con Vegetales

| INGREDIENTES | kcal totales | 100 | CARBOHIDRATOS TOTALES | PROTEINAS TOTALES | GRASAS TOTALES |
|------------------|--------------|-----|-----------------------|-------------------|----------------|
| Pechuga de pollo | 119 | | 0 | 21,4 | 3,1 |
| Pimientos | 35 | | 7,7 | 1,5 | 0,5 |
| Zanahoria blanca | 160 | | 38,06 | 1,36 | 0,28 |

| INGREDIENTES | CANTIDAD/g | ENERGIA/ KCAL | CARBOHIDRATOS/g | PROTEINAS/g | GRASAS/g |
|------------------|------------|---------------|-----------------|-------------|----------|
| Pechuga de pollo | 350 | 416,5 | 0 | 74,9 | 10,85 |
| Pimientos | 80 | 28 | 6,16 | 1,2 | 0,4 |
| Zanahoria blanca | 80 | 128 | 30,448 | 1,088 | 0,224 |
| Total | 510 | 572,5 | 36,608 | 77,188 | 11,474 |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

Tabla 45: Helados de Agua

| | |
|--|---|
| Nombre del plato: Helados de agua | Numero de receta:08 |
| | Tipo de plato: Postre |
| Ingredientes: Agua de tomate árbol 300g, Mora 50 g, Azúcar 10 g, Fresa 50 g. | |
| Elaboración: Cocinar un tomate de árbol con 300ml de agua pelarlo y reservar el agua. La mora y la fresa lavarlas y agregar en una licuadora con el agua del tomate de árbol. Colocar en un molde o vaso y dejar congelar. Opcional azúcar. | |
| Conclusión: El exceso del agua en el tratamiento dialítico produce hinchazón en las manos, pies y rostro, con ayuda de un helado de frutas ayuda a ingerir el agua con exceso | Cambios: No agregar azúcar ya que produce deseo de ingerir más agua |

Realizado por: Santiago Llumiyinga

Tabla 46: Receta Estándar Helados de Agua

| RECETA ESTANDAR | | | | | |
|---------------------------|------------------------|----------|---------------|----------------|-------------|
| NOMBRE DE LA PREPARACION: | Helados de agua | | | | |
| RESPONSABLE | : Santiago Llumiquinga | | | | |
| PESO DE LA PREPARACION | 410 | | | | |
| NUMERO DE PORCIONES | 4 | | | | |
| TIEMPO TOTAL: | 60 minutos | | | | |
| INGREDIENTE | U. Medida | Cantidad | precio | costo unitario | costo total |
| Agua de tomate árbol, | ml | 300 | 0,25 | 0,000550661 | 0,17 |
| Mora, | g | 50 | 1 | 0,002202643 | 0,11 |
| Azúcar, | g | 10 | 0,5 | 0,001101322 | 0,01 |
| Fresa | g | 50 | 1 | 0,002202643 | 0,11 |
| | | | C..M.P. | | 0,40 |
| | | | M.E 5-15% | 10% | 0,04 |
| | | | C.T.M.P. | | 0,44 |
| | | | C.P | | 0,11 |
| | | | CIF 15% | 15% | 0,02 |
| | | | M.O 45% | 45% | 0,05 |
| | | | G.AD 12% | 12% | 0,01 |
| | | | C.T. | | 0,19 |
| | | | COSTO 33.33% | | 0,62 |
| | | | IMPUESTOS 22% | 22% | 0,14 |
| | | | P.V.P | | 0,76 |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

Tabla 47: Calculo KCAL de Helados de Agua

| INGREDIENTES | kcal totales | 100 | CARBOHIDRATOS TOTALES | PROTEINAS TOTALES | GRASAS TOTALES |
|-----------------|--------------|---------------|-----------------------|-------------------|----------------|
| Tomate de árbol | | | | | |
| Mora | 43 | | 9,61 | 1,39 | 0,49 |
| Azucar | 384 | | 99,2 | 0 | 0 |
| Fresas | 41 | | 8,9 | 0,7 | 0,8 |
| INGREDIENTES | CANTIDAD/g | ENERGIA/ KCAL | CARBOHIDRATOS/g | PROTEINAS/g | GRASAS/g |
| Tomate de árbol | 300 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Mora | 50 | 21,5 | 4,805 | 0,695 | 0,245 |
| azúcar | 10 | 38,4 | 9,92 | 0 | 0 |
| Fresas | 50 | 20,5 | 4,45 | 0,35 | 0,4 |
| Total | 410 | 80,4 | 19,175 | 1,045 | 0,645 |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

Tabla 48: Helado de Fresa y Pepinillo

| | |
|---|------------------------------|
| Nombre del plato: | Numero de receta:09 |
| Helado de fresa y pepinillo | Tipo de plato: Postre |
| Ingredientes: Fresas 25 g, Pepinillo 25 g, azúcar 10 g, Agua de pepinillo 300 ml. | |
| Elaboración: Cortar un pedazo de pepinillo con 300ml de agua Agregar en una licuadora, fresas y el pepinillo con el agua licuar y agregar en un molde o vaso en el congelador. | |
| Conclusión: El pepinillo ayuda a refrescar y tener un sabor bajo fresco que ayuda a aprovechar que no excedan con la ingesta de agua | Cambios: |

Realizado por: Santiago Llumiyinga

Tabla 49: Receta Estándar Helado de Fresa y Pepinillo

| RECETA ESTANDAR | | | | | |
|---------------------------|-----------------------------|----------|---------------|----------------|-------------|
| NOMBRE DE LA PREPARACION: | Helado de fresa y pepinillo | | | | |
| RESPONSABLE | : Santiago Llumiquinga | | | | |
| PESO DE LA PREPARACION | 550 | | | | |
| NUMERO DE PORCIONES | 4 | | | | |
| TIEMPO TOTAL: | 60 minutos | | | | |
| INGREDIENTE | U.medida | Cantidad | precio | costo unitario | costo total |
| Fresas, | g | 25 | 1 | 0,00220 | 0,06 |
| Pepinillo | g | 25 | 0,5 | 0,00110 | 0,03 |
| Agua de pepinillo | ml | 300 | 0,1 | 0,00022 | 0,07 |
| azúcar | g | 10 | 0,5 | 0,00110 | 0,01 |
| | | | C..M.P. | | 0,16 |
| | | | M.E 5-15% | 10% | 0,02 |
| | | | C.T.M.P. | | 0,18 |
| | | | C.P | | 0,04 |
| | | | CIF 15% | 15% | 0,01 |
| | | | M.O 45% | 45% | 0,02 |
| | | | G.AD 12% | 12% | 0,01 |
| | | | C.T. | | 0,08 |
| | | | COSTO 33.33% | | 0,25 |
| | | | IMPUESTOS 22% | 22% | 0,05 |
| | | | P.V.P | | 0,30 |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

Tabla 50: Cálculo de KCAL de Helado de Fresa y Pepinillo

| INGREDIENTES | kcal totales | 100 | CARBOHIDRATOS TOTALES | PROTEINAS TOTALES | GRASAS TOTALES |
|--------------|--------------|-----|-----------------------|-------------------|----------------|
| Fresas | 41 | | 8,9 | 0,7 | 0,8 |
| Pepinillo | 11 | | 2,6 | 0,5 | 0,1 |
| Pepinillo | 6,5 | | 1,3 | 0,25 | 0,05 |
| Azucar | 384 | | 99,2 | 0 | 0 |

| INGREDIENTES | CANTIDAD/g | ENERGIA/ KCAL | CARBOHIDRATOS/g | PROTEINAS/g | GRASAS/g |
|--------------|------------|---------------|-----------------|-------------|----------|
| Fresas | 25 | 10,25 | 2,225 | 0,175 | 0,2 |
| Pepinillo | 25 | 2,75 | 0,65 | 0,125 | 0,025 |
| pepinillo | 300 | 19,5 | 3,9 | 0,75 | 0,15 |
| Azucar | 10 | 38,4 | 9,92 | 0 | 0 |
| Total | 360 | 70,9 | 16,695 | 1,05 | 0,375 |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

Tabla 51: Pristiños de Zuquini y Yuca

| | |
|--|--|
| Nombre del plato: Pristiños de zuquini y yuca | Numero de receta:10 Tipo de plato: Postre |
| Ingredientes: Harina 250 g, Zuquini 50 g, Yuca, Polvo hornear (opcional), Panela, Especies dulces | |
| Elaboración: Cocinar la yuca hasta que este sumamente suave, y reservar. Agregar harina y zuquini rallado y mezclar (opcional polvo de hornear). Dar forma de pristiño hornear por 5 minutos o freír en aceite. En una olla agregar la panela y un poco de agua junto con canela dejar hervir y decorar en los pristiños. | |
| Conclusion: | Cambios: se recomienda hornear o dependiendo de su peso y su nivel de colesterol freír. |

Realizado por: Santiago Llumiyinga

Tabla 52: Receta Estándar de Pristiños de Zuquini y Yuca

| RECETA ESTANDAR | | | | | |
|---------------------------|-----------------------------|----------|---------------|----------------|-------------|
| NOMBRE DE LA PREPARACION: | Pristiños de zuquini y yuca | | | | |
| RESPONSABLE | : Santiago Llumiquinga | | | | |
| PESO DE LA PREPARACION | 425 | | | | |
| NUMERO DE PORCIONES | 4 | | | | |
| TIEMPO TOTAL: | 45 minutos | | | | |
| INGREDIENTE | U. Medida | Cantidad | precio | costo unitario | costo total |
| Harina, | g | 250 | 0,5 | 0,0011013 | 0,28 |
| Zuquini, | g | 50 | 0,75 | 0,0016520 | 0,08 |
| Yuca, | g | 50 | 1,25 | 0,0027533 | 0,14 |
| Polvo hornear | g | 5 | 0,5 | 0,0011013 | 0,01 |
| Panela, | g | 50 | 0,75 | 0,0016520 | 0,08 |
| Especies dulces | g | 20 | 0,5 | 0,001101322 | 0,02 |
| | | | C..M.P. | | 0,25 |
| | | | M.E 5-15% | 10% | 0,02 |
| | | | C.T.M.P. | | 0,27 |
| | | | C.P | | 0,07 |
| | | | CIF 15% | 15% | 0,01 |
| | | | M.O 45% | 45% | 0,03 |
| | | | G.AD 12% | 12% | 0,01 |
| | | | C.T. | | 0,12 |
| | | | COSTO 33.33% | | 0,39 |
| | | | IMPUESTOS 22% | 22% | 0,09 |
| | | | P.V.P | | 0,47 |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

Tabla 53: Cálculo de KCAL de Pristiños

| INGREDIENTES | kcal totales | 100 | CARBOHIDRATOS TOTALES | PROTEINAS TOTALES | GRASAS TOTALES |
|------------------|--------------|-----|-----------------------|-------------------|----------------|
| Harina | 364 | | 76,31 | 10,33 | 0,98 |
| Zuquini | 16 | | 3,35 | 1,26 | 0,18 |
| Yuca | 320 | | 81 | 1,7 | 0,28 |
| Polvo de hornear | 2 | | 1,3 | 0 | 0 |
| Panela | 356 | | 90,6 | 0,4 | 0,5 |
| Especies dulces | 263 | | 72,12 | 6,09 | 8,69 |

| INGREDIENTES | CANTIDAD/g | ENERGIA/ KCAL | CARBOHIDRATOS/g | PROTEINAS/g | GRASAS/g |
|------------------|------------|---------------|-----------------|-------------|----------|
| Harina | 250 | 910 | 190,775 | 25,825 | 2,45 |
| Zuquini | 50 | 8 | 1,675 | 0,63 | 0,09 |
| Yuca | 50 | 160 | 40,5 | 0,85 | 0,14 |
| Polvo de hornear | 5 | 0,1 | 0,065 | 0 | 0 |
| Panela | 50 | 178 | 45,3 | 0,2 | 0,25 |
| Especies dulces | 20 | 52,6 | 14,424 | 1,218 | 1,738 |
| Total | 425 | 1308,7 | 292,739 | 28,723 | 4,668 |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

Tabla 54: Galletas de Yuca y Zuquini

| | |
|--|---|
| Nombre del plato: | Numero de receta:11 |
| Galletas de yuca y zuquini | Tipo de plato: Postre |
| Ingredientes: Harina 250g, Yuca100 g, Zuquini50 g, Pasas25 g, Mantequilla 10 g. | |
| Elaboración: Cocinar la yuca hasta que este suave, apastar y formar una masa agregar zuquini rallado, harina, pasa y mantequilla hasta formar una masa muy blanda dar formas a elegir las galletas y hornear por 10 minutos. | |
| Conclusión: | Cambios: no agregar claras de huevo ya que por el zuquini la masa se hace muy blanda y difícil de manejar. |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

Tabla 55: Receta Estándar de Galletas de Yuca

| RECETA ESTANDAR | | | | | |
|---------------------------|----------------------------|----------|-----------|----------------|-------------|
| NOMBRE DE LA PREPARACION: | Galletas de yuca y zuquini | | | | |
| RESPONSABLE | : Santiago Llumiquinga | | | | |
| PESO DE LA PREPARACION | 435 | | | | |
| NUMERO DE PORCIONES | 4 | | | | |
| TIEMPO TOTAL: | 30 minutos | | | | |
| INGREDIENTE | U.medida | Cantidad | precio | costo unitario | costo total |
| Harina, | g | 250 | 0,5 | 0,00110 | 0,28 |
| Yuca, | g | 100 | 1,25 | 0,00275 | 0,28 |
| Zuquini, | g | 50 | 0,75 | 0,00165 | 0,08 |
| Pasas, | g | 25 | 0,75 | 0,00165 | 0,04 |
| Mantequilla | g | 10 | 0,5 | 0,00110 | 0,01 |
| | | | C..M.P. | | 0,41 |
| | | | M.E 5-15% | 10% | 0,04 |
| | | | C.T.M.P. | | 0,45 |
| | | | C.P | | 0,11 |
| | | | CIF 15% | 15% | 0,02 |
| | | | M.O 45% | 45% | 0,05 |
| | | | G.AD 12% | 12% | 0,01 |
| | | | C.T. | | 0,19 |
| | | | COSTO | | |
| | | | 33.33% | | 0,64 |
| | | | IMPUESTOS | | |
| | | | 22% | 22% | 0,14 |
| | | | P.V.P | | 0,78 |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

Tabla 56: Calculo KCAL de Galletas de Yuca

| INGREDIENTES | kcal totales | 100 | CARBOHIDRATOS TOTALES | PROTEINAS TOTALES | GRASAS TOTALES |
|--------------|--------------|---------------|-----------------------|-------------------|----------------|
| Harina | 364 | | 76,31 | 10,33 | 0,98 |
| Yuca | 320 | | 81 | 1,7 | 0,28 |
| Zuquini | 16 | | 3,35 | 1,26 | 0,18 |
| Pasas | 241 | | 63,8 | 2,4 | 0,4 |
| Mantequilla | 729 | | 0 | 2 | 82 |
| INGREDIENTES | CANTIDAD/g | ENERGIA/ KCAL | CARBOHIDRATOS/g | PROTEINAS/g | GRASAS/g |
| Harina | 250 | 910 | 190,775 | 25,825 | 2,45 |
| Yuca | 100 | 320 | 81 | 1,7 | 0,28 |
| Zuquini | 50 | 8 | 1,675 | 0,63 | 0,09 |
| Pasas | 25 | 60,25 | 15,95 | 0,6 | 0,1 |
| Mantequilla | 10 | 72,9 | 0 | 0,2 | 8,2 |
| Total | 435 | 1371,15 | 289,4 | 28,955 | 11,12 |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

Tabla 57: Pastel de Remolacha y Yuca

| | |
|--|---|
| Nombre del plato: | Numero de receta:12 |
| Pastel de remolacha y yuca | Tipo de plato: Postre |
| Ingredientes: Claras de huevo 30g, Remolacha 50g , Yuca 50 g, Azúcar 5g , harina 100g | |
| Elaboración: Cocinar la yuca, formar un puré. Agregar harina y remolacha rallada finamente una clara de huevo, y azúcar. Formar una masa dejar reposar por 3 minutos dar formas a elegir y hornear por 10 minutos. | |
| Conclusión: | Cambios: Si está muy blanda la masa agregar un poco de harina para facilitar y dar formas a elegir. |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

Tabla 58: Receta Estándar de Pastel de Remolacha

| RECETA ESTANDAR | | | | | |
|---------------------------|----------------------------|----------|---------------|----------------|-------------|
| NOMBRE DE LA PREPARACION: | Pastel de remolacha y yuca | | | | |
| RESPONSABLE | : Santiago Llumiquinga | | | | |
| PESO DE LA PREPARACION | 435 | | | | |
| NUMERO DE PORCIONES | 4 | | | | |
| TIEMPO TOTAL: | 50minutos | | | | |
| INGREDIENTE | U.medida | Cantidad | precio | costo unitario | costo total |
| Harina, | g | 100 | 0,5 | 0,00110 | 0,11 |
| Claras de huevo, | g | 30 | 0,15 | 0,00033 | 0,01 |
| Remolacha, | g | 50 | 0,5 | 0,00110 | 0,06 |
| Yuca, | g | 50 | 1,25 | 0,00275 | 0,14 |
| Azúcar | g | 5 | 0,5 | 0,00110 | 0,01 |
| | | | C..M.P. | | 0,21 |
| | | | M.E 5-15% | 10% | 0,02 |
| | | | C.T.M.P. | | 0,23 |
| | | | C.P | | 0,06 |
| | | | CIF 15% | 15% | 0,01 |
| | | | M.O 45% | 45% | 0,03 |
| | | | G.AD 12% | 12% | 0,01 |
| | | | C.T. | | 0,10 |
| | | | COSTO 33.33% | | 0,32 |
| | | | IMPUESTOS 22% | 22% | 0,07 |
| | | | P.V.P | | 0,40 |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

Tabla 59: Cálculo de KCAL de Pastel de Yuca

| INGREDIENTES | kcal totales | 100 | CARBOHIDRATOS TOTALES | PROTEINAS TOTALES | GRASAS TOTALES |
|-----------------|--------------|-----|-----------------------|-------------------|----------------|
| Harina | 364 | | 76,31 | 10,33 | 0,98 |
| Claras de huevo | 52 | | 0,73 | 10,9 | 0,17 |
| Remolacha | 43 | | 9,6 | 1,6 | 0,2 |
| Yuca | 320 | | 81 | 1,7 | 0,28 |
| Azucar | 384 | | 99,2 | 0 | 0 |

| INGREDIENTES | CANTIDAD/g | ENERGIA/ KCAL | CARBOHIDRATOS/g | PROTEINAS/g | GRASAS/g |
|-----------------|------------|---------------|-----------------|-------------|----------|
| Harina | 100 | 364 | 76,31 | 10,33 | 0,98 |
| Claras de huevo | 30 | 15,6 | 0,219 | 3,27 | 0,051 |
| Remolacha | 50 | 21,5 | 4,8 | 0,8 | 0,1 |
| Yuca | 50 | 160 | 40,5 | 0,85 | 0,14 |
| Azúcar | 5 | 19,2 | 4,96 | 0 | 0 |
| Total | 235 | 580,3 | 126,789 | 15,25 | 1,271 |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

Tabla 60: Albóndigas

| | |
|--|--|
| Nombre del plato: Albóndigas de yuca con carne molida | Numero de receta:13 Tipo de plato: bocaditos, picaditas golosinas |
| Ingredientes: Yuca 100 gr , Huevo 30 gr, Carne molida 150gr. | |
| Elaboración: Cocinar yuca formar un puré, Agregar en la carne molida, un huevo, la yuca y mezclar Dar forma de bolas la carne hornearlas o freírlas. | |
| Conclusion: | Cambios: Agregar ajo orégano en la masa. |

Realizado por: Santiago Llumiyinga

Tabla 61: Receta Estándar de Albóndigas

| RECETA ESTANDAR | | | | | |
|---------------------------|-------------------------------------|----------|---------------|----------------|-------------|
| NOMBRE DE LA PREPARACION: | Albóndigas de yuca con carne molida | | | | |
| RESPONSABLE | : Santiago Llumiquinga | | | | |
| PESO DE LA PREPARACION | 280 | | | | |
| NUMERO DE PORCIONES | 2 | | | | |
| TIEMPO TOTAL: | 50minutos | | | | |
| INGREDIENTE | U.medida | Cantidad | precio | costo unitario | costo total |
| Yuca, | g | 100 | 1,25 | 0,002753304 | 0,28 |
| Huevo, | g | 30 | 0,15 | 0,000330396 | 0,01 |
| Carne molida | g | 150 | 1,8 | 0,003964758 | 0,59 |
| | | | C.M.P. | | 0,88 |
| | | | M.E 5-15% | 10% | 0,09 |
| | | | C.T.M.P. | | 0,97 |
| | | | C.P | | 0,48 |
| | | | CIF 15% | 15% | 0,07 |
| | | | M.O 45% | 45% | 0,22 |
| | | | G.AD 12% | 12% | 0,06 |
| | | | C.T. | | 0,83 |
| | | | COSTO 33.33% | | 2,75 |
| | | | IMPUESTOS 22% | 22% | 0,60 |
| | | | P.V.P | | 3,35 |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

Tabla 62: Cálculo de KCAL de Albóndigas

| INGREDIENTES | kcal totales | 100 | CARBOHIDRATOS TOTALES | PROTEINAS TOTALES | GRASAS TOTALES |
|--------------|--------------|-----|-----------------------|-------------------|----------------|
| Yuca | 320 | | 81 | 1,7 | 0,28 |
| Huevo | 141 | | 1,8 | 13,5 | 8,4 |
| Carne molida | 276 | | 0 | 25,35 | 18,58 |

| INGREDIENTES | CANTIDAD/g | ENERGIA/ KCAL | CARBOHIDRATOS/g | PROTEINAS/g | GRASAS/g |
|--------------|------------|---------------|-----------------|-------------|----------|
| Yuca | 100 | 320 | 81 | 1,7 | 0,28 |
| Huevo | 30 | 42,3 | 0,54 | 4,05 | 2,52 |
| Carne molida | 150 | 414 | 0 | 38,025 | 27,87 |
| Total | 280 | 776,3 | 81,54 | 43,775 | 30,67 |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

Tabla 63: Empanadas de arroz rellenas de pollo

| | |
|--|--|
| Nombre del plato: | Numero de receta:14 |
| Empanadas de arroz rellenas de pollo | Tipo de plato: bocaditos, picaditas golosinas |
| Ingredientes: Arroz 400gr , Pollo 150 gr, Pimientos 50 gr, Sal opcional | |
| Elaboración: Cocinar el arroz y dejar que se haga soso, dejar enfriar y reservar Cocinar el pollo, desmenuzar y agregar pimientos cortados en juliana o brunoise dar forma de empanada el arroz soso que será muy fácil de manipular, Agregar el relleno y hornear por 10 minutos. | |
| Conclusión: | Cambios: Si está muy duro el arroz licuar o majar Agregar una clara de huevo esto ayudara a dar forma de masa al arroz |

Realizado por: Santiago Llumiyinga

Tabla 64: Receta Estándar de Empanadas de Arroz

| RECETA ESTANDAR | | | | | |
|---------------------------|--------------------------------------|----------|---------------|----------------|-------------|
| NOMBRE DE LA PREPARACION: | Empanadas de arroz rellenas de pollo | | | | |
| RESPONSABLE | : Santiago Llumiquinga | | | | |
| PESO DE LA PREPARACION | 600 | | | | |
| NUMERO DE PORCIONES | 3 | | | | |
| TIEMPO TOTAL: | 50minutos | | | | |
| INGREDIENTE | U.medida | Cantidad | precio | costo unitario | costo total |
| Arroz, | g | 400 | 0,5 | 0,001101322 | 0,44 |
| Pollo, | g | 150 | 1,4 | 0,0030837 | 0,46 |
| Pimientos, | g | 50 | 0,5 | 0,001101322 | 0,06 |
| | | | C..M.P. | | 0,96 |
| | | | M.E 5-15% | 10% | 0,10 |
| | | | C.T.M.P. | | 1,05 |
| | | | C.P | | 0,35 |
| | | | CIF 15% | 15% | 0,05 |
| | | | M.O 45% | 45% | 0,16 |
| | | | G.AD 12% | 12% | 0,04 |
| | | | C.T. | | 0,60 |
| | | | COSTO 33.33% | | 1,99 |
| | | | IMPUESTOS 22% | 22% | 0,44 |
| | | | P.V.P | | 2,43 |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

Tabla 65: Cálculo de KCAL de Empanadas de Arroz

| INGREDIENTES | kcal totales | 100 | CARBOHIDRATOS TOTALES | PROTEINAS TOTALES | GRASAS TOTALES |
|--------------|--------------|---------------|-----------------------|-------------------|----------------|
| Arroz | 358 | | 77,6 | 7,8 | 0,7 |
| Pollo | 119 | | 0 | 21,4 | 3,1 |
| Pimientos | 35 | | 7,7 | 1,5 | 0,5 |
| INGREDIENTES | CANTIDAD/g | ENERGIA/ KCAL | CARBOHIDRATOS/g | PROTEINAS/g | GRASAS/g |
| Arroz | 400 | 1432 | 310,4 | 31,2 | 2,8 |
| Pollo | 150 | 178,5 | 0 | 32,1 | 4,65 |
| Pimientos | 50 | 17,5 | 3,85 | 0,75 | 0,25 |
| Total | 600 | 1628 | 314,25 | 64,05 | 7,7 |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

Tabla 66: Empanadas de Arroz Rellenas con Melloco y Arveja

| | |
|--|--|
| Nombre del plato: | Numero de receta:15 |
| Empanadas de arroz rellenas con melloco y arveja | Tipo de plato: bocaditos, picaditas golosinas |
| Ingredientes: Arroz 400gr, Melloco 100gr , Arveja 50gr, Sal, opcional | |
| Elaboración: Cocinar el arroz y dejar que se agá soso, dejar enfriar y reservar Cocinar el melloco, y la arveja al melloco cortar en laminas Formar una masa al arroz y agregar para el relleno el melloco y la arveja Agregar el relleno y hornear por 10 minutos. | |
| Conclusión: | Cambios: Agregar especies en la masa del arroz por ejemplo orégano o tomillo |

Realizado por: Santiago Llumiyinga

Tabla 67: Receta Estándar de Empanadas de Arroz Rellenas con Melloco y Arveja

| RECETA ESTANDAR | | | | | |
|---------------------------|--|----------|---------------|----------------|-------------|
| NOMBRE DE LA PREPARACION: | Empanadas de arroz rellenas con melloco y arveja | | | | |
| RESPONSABLE | : Santiago Llumiquinga | | | | |
| PESO DE LA PREPARACION | 550 | | | | |
| NUMERO DE PORCIONES | 3 | | | | |
| TIEMPO TOTAL: | 50minutos | | | | |
| INGREDIENTE | U.medida | Cantidad | precio | costo unitario | costo total |
| Arroz, | g | 400 | 0,5 | 0,001101322 | 0,44 |
| melloco | g | 100 | 1,4 | 0,0030837 | 0,31 |
| arveja | g | 50 | 0,5 | 0,001101322 | 0,06 |
| | | | C..M.P. | | 0,80 |
| | | | M.E 5-15% | 10% | 0,08 |
| | | | C.T.M.P. | | 0,88 |
| | | | C.P | | 0,29 |
| | | | CIF 15% | 15% | 0,04 |
| | | | M.O 45% | 45% | 0,13 |
| | | | G.AD 12% | 12% | 0,04 |
| | | | C.T. | | 0,51 |
| | | | COSTO 33.33% | | 1,67 |
| | | | IMPUESTOS 22% | 22% | 0,37 |
| | | | P.V.P | | 2,04 |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

Tabla 68: Cálculo de KCAL de Arroz Rellenas con Melloco y Arveja

| INGREDIENTES | kcal totales | 100 | CARBOHIDRATOS TOTALES | PROTEINAS TOTALES | GRASAS TOTALES |
|--------------|--------------|-----|-----------------------|-------------------|----------------|
| Arroz | 358 | | 77,6 | 7,8 | 0,7 |
| Melloco | 50 | | 0 | 1,1 | 0,2 |
| Arveja | 3,41 | | 60,37 | 24,55 | 1,16 |

| INGREDIENTES | CANTIDAD/g | ENERGIA/ KCAL | CARBOHIDRATOS/g | PROTEINAS/g | GRASAS/g |
|--------------|------------|---------------|-----------------|-------------|----------|
| Arroz | 400 | 1432 | 310,4 | 31,2 | 2,8 |
| Melloco | 100 | 50 | 0 | 1,1 | 0,2 |
| Arveja | 50 | 1,705 | 30,185 | 12,275 | 0,58 |
| Total | 550 | 1483,705 | 340,585 | 44,575 | 3,58 |

Realizado por: Santiago Llumiquinga

Tabla 69: Hamburguesas de pollo, arveja y pimientos

| | |
|---|---|
| Nombre del plato: | Numero de receta:16 |
| Hamburguesas de pollo, arvejas y pimientos | Tipo de plato: bocaditos, picaditas golosinas |
| Ingredientes: Carne de pollo 400gr, Arveja 50gr , Pimientos 50 gr, Sal, opcional | |
| Elaboración: Cocinar arveja. Cortar en juliana o brunoise los pimientos. A la pechuga de pollo cruda picar finamente hasta formar carne molida agregar arveja cocinada y los pimientos formar una masa y dar forma de hamburguesas hornear o freír. | |
| Conclusion: | Cambios: Agregar ajo perejil o diferentes especies. |

Realizado por: Santiago Llumiyinga

Tabla 70: Receta Estándar de Hamburguesas de pollo, arveja y pimientos

| RECETA ESTANDAR | | | | | |
|---------------------------|--|----------|-----------|----------------|-------------|
| NOMBRE DE LA PREPARACION: | Hamburguesas de pollo y arvejas, pimientos | | | | |
| RESPONSABLE | : Santiago LlumiQuinga | | | | |
| PESO DE LA PREPARACION | 500 | | | | |
| NUMERO DE PORCIONES | 4 | | | | |
| TIEMPO TOTAL: | 50minutos | | | | |
| INGREDIENTE | U.medida | Cantidad | precio | costo unitario | costo total |
| Carne de pollo, | g | 400 | 1,4 | 0,0031 | 1,23 |
| Arveja, | g | 50 | 1 | 0,0022 | 0,11 |
| Pimientos, | g | 50 | 0,5 | 0,0011 | 0,06 |
| | | | C..M.P. | | 1,40 |
| | | | M.E 5-15% | 10% | 0,14 |
| | | | C.T.M.P. | | 1,54 |
| | | | C.P | | 0,38 |
| | | | CIF 15% | 15% | 0,06 |
| | | | M.O 45% | 45% | 0,17 |
| | | | G.AD 12% | 12% | 0,05 |
| | | | C.T. | | 0,66 |
| | | | COSTO | | |
| | | | 33.33% | | 2,18 |
| | | | IMPUESTOS | | |
| | | | 22% | 22% | 0,48 |
| | | | P.V.P | | 2,66 |

Realizado por: Santiago LlumiQuinga

Tabla 71: Cálculo de KCAL de Hamburguesas de pollo, arveja y pimientos

| INGREDIENTES | kcal totales | 100 | CARBOHIDRATOS TOTALES | PROTEINAS TOTALES | GRASAS TOTALES |
|----------------|--------------|-----|-----------------------|-------------------|----------------|
| Carne de pollo | 119 | | 0 | 21,4 | 3,1 |
| Arveja | 3,41 | | 60,37 | 24,55 | 1,16 |
| Pimientos | 35 | | 7,7 | 1,5 | 0,5 |

| INGREDIENTES | CANTIDAD/g | ENERGIA/ KCAL | CARBOHIDRATOS/g | PROTEINAS/g | GRASAS/g |
|-----------------|------------|---------------|-----------------|-------------|----------|
| Carne de pollo, | 400 | 476 | 0 | 85,6 | 12,4 |
| Arveja, | 50 | 1,705 | 30,185 | 12,275 | 0,58 |
| Pimientos, | 50 | 17,5 | 3,85 | 0,75 | 0,25 |
| Total | 500 | 495,205 | 34,035 | 98,625 | 13,23 |

Realizado por: Santiago LlumiQuinga

3.6 Síntesis del Capítulo

Distrito Metropolitano de Quito. Actualmente es considerada la capital económica del país. Debido a su alto índice de desarrollo humano, Quito será la ciudad más poblada del país en el 2020

Dentro de lo que refiere a la ciudad de Quito hay una considerable cantidad de personas con problemas renales. Antes los lugares que atendían estas enfermedades era en Quito, Guayaquil y Cuenca pero en Quito uno de los lugares donde más se ayuda a estos pacientes es el hospital Eugenio Espejo se lo llamo así porque él fue el pionero en promulgar la medicina en el Ecuador.

Dentro de lo que se refiere a la variable se puede decir que esta propuesta será factible la realización de este, ya que se carece de menús para personas con insuficiencia renal en tratamiento dialítico y beneficiara a futuro a los pacientes de la Clínica Baxter y a personas que padezcan de esta enfermedad.

Dentro de lo que es el impacto que esta idea tendrá beneficiará a los pacientes de la clínica Baxter y a otras personas que sufren de esta enfermedad. Ya que es una de las pocas clínicas en tratar este tipo de enfermedades.

Dentro de los recursos en la clínica Renal Baxter existen 158 Pacientes los cuales necesitan menús que ayuden a mejorar su estado nutricional con alimentos que son de un precio económico y fácil de comprar con ayuda de la nutricionista de la clínica y estudiantes del Instituto ITHI en la asesoría nutricional.

Así puede dar una gran ayuda a este tipo de pacientes ya que dentro del presupuesto de tiene un estimado de 1286 entre materiales, derechos, pasajes y equipos

Lo que se refiere al desarrollo de la propuesta se puede apreciar las fotos en el anexo de esta investigación como en el recetario impreso el cual contiene el nombre del platillo, ingredientes, preparaciones, conclusiones y cambios del mismo ya que así tenemos una mejor perspectiva del menú que vamos a ingerir.

Esta se diferenciara entre entradas, platos fuertes y postres además de sus respectivas recetas estándar para así verificar los precios y sobretodo la tabla nutricional en donde podremos verificar grasas, proteínas, carbohidratos entre otros.

CONCLUSIONES

En la actualidad no existen menús para personas con insuficiencia renal en tratamiento dialítico, y esto produce que las personas tenga una salud nutricional mala y afectando, el tratamiento de diálisis.

Alno saber que alimentos debemos ingerir adecuadamente, se producen efectos en todo el organismos, como hinchazón de piernas, brazos, rostros incluso recaídas en el organismo que pueden producir perdidas de la conciencia, y tengan que hospitalizarse en una clínica o en el hospital más cercano.

Por lo tanto se considera que la falta de menús para personas con insuficiencia renal en tratamiento dialítico es muy necesaria y ayudara a mejorar el estado nutricional de cada persona y sea apto para recibir el tratamiento de diálisis

RECOMENDACIONES

Se recomienda utilizar los menús creados y aprovechar los beneficios para tener una salud nutricional estable, para las personas que se realizan el tratamiento de diálisis.

Así mismo se podría utilizar estos menús y reemplazar ingredientes para tener una gran variedad de recetas incluso dar a conocer a personas de diferentes casas de salud que necesitan esta variedad de menús



APÉNDICE A

INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR DE TURISMO Y HOTELERÍA

ENCUESTA

La presente encuesta es de carácter académico, los datos serán de ayuda para recolectar información que ayudara a la elaboración del menú nutricional para los pacientes con insuficiencia renal en tratamiento dialítico.

Edad:.....

Genero M.....F.....

1. ¿Le gustaría a usted un menú nutricional que ayude a mejorar en su tratamiento de diálisis? Si___No__ ¿por qué?

2.- ¿Luego de su charla con la nutricionista usted sabe que alimentos debe consumir en su tratamiento de diálisis?

Sí_____ No_____

3.- Usted se prepara sus alimentos o los que le preparan saben que debe consumir.

¿Enumere?

4.- ¿Señale que alimentos contienen proteína para su dieta?

Pollo Fréjol Lechuga Lenteja Pescado

5.- ¿Cuál de estos alimentos considera que afecta a su tratamiento y organismo?

Sal Energizantes Leche Rábano Bebidas alcohólicas

4.- ¿Está usted en condiciones de cambiar sus hábitos alimenticios?

Sí___ No__ ¿porque?

5.- ¿Cree que mejorando su estado de salud mejorara su ritmo de trabajo?

Sí___ No___ ¿porque?

6.- Conoce como bajar los niveles de potasio en los alimentos_____

7.- ¿Cumple el consumo mínimo y máximo de ingerir agua según le prescribieron?

SI___ NO___ ¿porque?_____

8.- ¿Está usted dispuesto/a someterse a una dieta específica para mejorar su estado de salud?

Sí___ No___

9.- ¿Le gustaría que el menú nutricional para personas con insuficiencia renal en tratamiento dialfítico contenga:

Entradas _____ Platos fuertes_____ postres_____

10.- ¿Posee una dieta específicamente para sus requerimientos nutricionales?

Si___ No___?

Muchas gracias por su colaboración.



APÉNDICE B

INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR DE TURISMO Y HOTELERÍA

ENTREVISTA

ENTREVISTADO:

ENTREVISTADO:

LUGAR Y FECHA:

HORA:

OBJETIVO DE LA ENTREVISTA

La presente encuesta es de carácter académico, los datos serán de ayuda para recolectar información que ayudara a la elaboración del menú nutricional para los pacientes con insuficiencia renal en tratamiento dialítico.

1. ¿Cuáles son los alimentos que ayudan a mantener correctamente la salud en tratamiento de diálisis?
2. ¿Qué productos cree usted que se puede incorporar en un menú nutricional?
3. ¿De qué forma influenciaría diferentes recetas en el tratamiento dialítico?
4. ¿Con que facilidad se encuentra estos ingredientes?
5. ¿Cree usted que tendría buena acogida un menú nutritivo?
6. ¿Qué tipos de alimentos son los más aconsejables para tener un buen tratamiento dialítico?

7. ¿Cree usted necesario incorporar un suplementos de proteína para un menú nutricional que contrarreste la insuficiencia renal en tratamiento dialítico?
8. ¿En su opinión como influye la comida en su tratamiento?
9. ¿Qué acogida cree que tenga un menú nutricional alternativo para personas con insuficiencia renal en tratamiento dialítico?
10. ¿Cuánto estaría dispuesto a pagar por un menú?

Bibliografía

- Antioquia, u. d. (1984). *dialisis y trasplante*. Antioquia: Departamento de Antioquia.
- Baxter. (2016, Enero 29). Historia Baxter. Quito.
- Brown, L., & Challem, J. (2007). Vitaminas y Minerales Esenciales para la Salud. En J. C. Liz Brown. Madrid.
- Daugirdas, B. (2003). *Manual de dialisis* (Segunda ed.). Barcelona: Masson.
- Dohme, y. M. (1891). *Informacion medica para el hogar*. Medellín: Oceano.
- El Gastronomo . (22 de Abril de 2016). *El Gastronomo* . Obtenido de <http://www.elgastronomo.com.ar/tecnicas-de-coccion/>
- Escarvajal, Guerrero, Quesada, Guzmán, & Ruiz. (2006). *Guía para el Paciente Renal*. Madrid: Instituto Nacional de Gestión Sanitaria.
- Espejo, H. E. (2016, Enero 15). Historia Hospital Eugenio Espejo. Quito.
- Gil, A. (2010). Tratado Nutricional Composicion y Calidad Nutritiva de los Alimentos. En A. Gil, *Tratado Nutricional Composicion y Calidad Nutritiva de los Alimentos* (pág. 50). Madrid: EDITORIA MEDICA PANAMERICANA.
- La Hora. (9 de Julio de 2012). *La Hora*. Obtenido de http://lahora.com.ec/index.php/noticias/show/1101358563/-1/Nuevas_m%C3%A1quinas_para_hemodi%C3%A1lisis_.html#.Vxbuu_nhDIU
- Martínez, J. M. (2009). *Tratado de diálisis peritoneal*. Barcelona: Elsevier.
- Publica, M. d. (14 de Abril de 2016,). PROCEDIMIENTOS PARA LA PRESTACION Y ASIGNACIÓN DE DIÁLISIS. http://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2013/07/papsd_06_06_2013.pdf. Quito, Pichincha, Ecuador.
- Salud, La Organizacion Panamericana de la. (1989). *Dialisis y Transplantes*.
- Sharp, Merck. (1891). *Informacion Medica para el hogar*. España: Ocèano.
- Tejada, B. D. (2007). *Administracion de Servicios de Alimentos*. Medellín: Universidad de Antioquia.
- Universo, E. (22 de 12 de 2015). *El Universo*. Obtenido de El Universo: <http://www.eluniverso.com/2004/09/13/0001/18/6B8849BF8BC542D19C67F9E1B886E722.html>

Vitónica. (2016,abril 05). 10 alimentos con mas potasio que el platano. En *10 alimentos con mas potasio que el platano* (págs. <http://www.vitonica.com/minerales/10-alimentos-con-mas-potasio-que-el-platano>).

Vitónica. (2016,Abril 06). Alimentos Ricos en Fósforo. En *Alimentos Ricos en Fósforo*.

ANEXOS



Ilustración 1: Entrada, plato fuerte y postres del recetario

Realizado por: Santiago Llumiyinga



Ilustración 2: Empanadas de arroz

Realizado por: Santiago Llumiyinga



Ilustración 3: Galletas de yuca con zuquini

Realizado por: Santiago Llumiyinga



Ilustración 4: Pacientes degustando postres

Realizado por: Santiago Llumiquinga



Ilustración 5: Pacientes degustando postres

Realizado por: Santiago Llumiquinga



Ilustración 6: Personal de la Clínica Baxter

Realizado por: Santiago Llumiquinga



Ilustración 7: Cocina en vivo de bocaditos

Realizado por: Santiago Llumiquinga



Ilustración 8: Tomates rellenos con pollo claras de huevo y brotes

Realizado por: Santiago Llumiquinga



Ilustración 9: Medallones de Pollo Relleno con Zanahoria y Pimientos

Realizado por: Santiago Llumiquinga



Ilustración 80: Tartaleta de Zanahoria blanca y Amarilla

Realizado por: Santiago Llumiyinga



Ilustración 91: Pacientes de la Clínica Baxter

Realizado por: Santiago Llumiyinga



Ilustración 102: Postres

Realizado por: Santiago Llumiyinga