

Dieta Casera Digestible

Esta dieta está diseñada para DIDO teniendo en cuenta que es braquicéfalo de 18.6 kg con condición corporal 8/9, lo que indica sobrepeso. Es hipocalórica, altamente digestible y fraccionada en 5 comidas al día para facilitar la digestión y prevenir vaciamiento gástrico retardado.

Requerimiento calórico estimado:

600–700 kcal/día (aproximadamente 70–75% del requerimiento normal para inducir pérdida de peso gradual).

Ración diaria total (dividir en 5 comidas):

- Pechuga de pollo sin piel, cocida: 180 g
- Arroz blanco bien cocido: 250 g
- Calabaza (zapallo) cocida y triturada: 100 g
- Zanahoria cocida y triturada: 80 g
- Aceite de girasol o maíz: 1 cucharadita (5 ml)
- Carbonato de calcio (o cáscara de huevo molida): 1.5 g

Preparación:

1. Cocina el pollo (sin grasa ni piel) y desmenúzalo.
2. Cocina el arroz hasta que esté bien blando (tipo papilla).
3. Cocina y tritura las verduras (calabaza y zanahoria).
4. Mezcla todos los ingredientes.
5. Añade el aceite y el suplemento de calcio al final.
6. Divide la mezcla en 5 comidas pequeñas al día.

Recomendaciones:

- Evitar alimentos grasos, huesos, leche, legumbres, y piel de pollo.
- Esta dieta puede usarse por 2–4 semanas como parte del tratamiento.