

# Restricción sin agua

Para los pacientes del Centro Médico Harborview

Este folleto explica qué esperar si está en restricción sin agua durante su hospitalización en el Centro Médico Harborview.

Su médico le ha recomendado una “restricción sin agua” durante su hospitalización. Esta dieta limita la cantidad de líquidos *hipotónicos* que bebe. Los líquidos hipotónicos son bajos en sodio y/o proteínas.

## Bebidas que puede beber

Esta tabla enumera las Bebidas que puede beber sin restricciones y la cantidad de líquido y sodio en 1 porción:

Bebidas que puede beber	Líquido en 1 porción		Sodio (mg) en 1 porción
	Cm3 (cc) o mL	Líquido en oz (onzas)	
Leche con chocolate	240	8	150
Crema o mitad y mitad	120	4	48
Ensure Clear	200	7	70 <i>Incluye 8 gramos de proteína</i>
Ensure Plus	240	8	220 <i>Incluye 20 gramos de proteína</i>
Glucerna	240	8	210 <i>Incluye 10 gramos de proteína</i>
Chocolate caliente con leche (regular o dietético)	200	7	165 a 187
Helado	90	3	74
Desayuno instantáneo con leche (regular o dietético)	240	8	240 a 280
Leche (descremada, 2%, entera), malteada	240	8	120 a 128
Nepro	240	8	250 <i>Incluye 19 gramos de proteína</i>
Caldo regular (no bajo en sodio)	180	6	1,252
Sopas	180	6	Varia
Leche de soya	240	8	120
Jugo de tomate o V8	180	6	312
Yogur descremado	180	6	100



Escanee este folleto  
para obtener una  
copia digital

## Bebidas restringidas

Si su médico indica una restricción sin agua, la cocina del hospital no le enviará ninguna bebida de las restringidas que se enumeran en la tabla a continuación. Sin embargo, puede solicitar estas bebidas restringidas a su enfermera o a otro personal de la unidad. Su enfermera se asegurará de que su ingesta diaria de líquidos restringidos no exceda la cantidad indicada por su médico.

Las Bebidas que se enumeran en la tabla a continuación son bajas en sodio (menos de 14 mg de sodio en 1 onza), bajas en proteínas o ambas.

Bebidas restringidas	Líquido en una porción		Sodio (mg) en 1 porción
	Cm3 (cc) o mL	Líquido en oz (onzas)	
Café	200	7	0
Caldo, bajo en sodio	180	6	18
Gatorade	240	8	110
Gelatina, regular o dietética	120	4	98
Jugo y bebidas de jugo, regular o dietético (excepto de tomate)	120	4	Varia
Jugo, espesado	240	8	25
Limonada	120	4	14
Paleta helada	90 a 120	3 a 4	14
Sorbete	90	3	Varia
Refresco	360	12	Varia
Té caliente o frío	200 a 360	7 a 12	0
Agua o hielo	Varia	Varia	0

### ¿Preguntas?

Sus preguntas son importantes. Llame a su médico o proveedor de salud si tiene preguntas o inquietudes.

Clínica de Nutrición: 206.744.4612