

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

Free Water Restriction

For patients at Harborview Medical Center

UW Medicine

HARBORVIEW
MEDICAL CENTER

This handout explains what to expect if you are on free water restriction while you are in the hospital at Harborview Medical Center.

Your doctor has recommended that you be on “free water restriction” while you are in the hospital. This diet limits the amount of *hypotonic* fluids you drink. Hypotonic fluids are low in sodium and/or low in protein content.



Scan for a
digital copy of
this handout.

Beverages You May Drink

This table lists beverages you may drink without restriction and the amount of fluid and sodium in 1 serving:

Beverages You Can Drink	Fluid in 1 Serving		Sodium (mg) in 1 Serving
	cc or mL	Fluid oz (ounces)	
Chocolate milk	240	8	150
Creamer or half and half	120	4	48
Ensure Clear	200	7	70 <i>Includes 8 grams of protein</i>
Ensure Plus	240	8	220 <i>Includes 20 grams of protein</i>
Glucerna	240	8	210 <i>Includes 10 grams of protein</i>
Hot chocolate with milk (regular or diet)	200	7	165 to 187
Ice cream	90	3	74
Instant breakfast with milk (regular or diet)	240	8	240 to 280
Milk (skim, 2%, whole), milkshakes	240	8	120 to 128
Nepro	240	8	250 <i>Includes 19 grams of protein</i>
Regular broth (not low sodium)	180	6	1,252
Soups	180	6	Varies
Soy milk	240	8	120
Tomato juice or V8	180	6	312
Yogurt, nonfat	180	6	100

Restricted Beverages

When your doctor orders a free water restriction, the hospital kitchen will not send you any beverages from the restricted fluids listed in the table below. But you may ask for these restricted beverages from your nurse or other unit staff. Your nurse will make sure that your daily intake of restricted fluids does not exceed the amount ordered by your doctor.

The beverages listed in the table below are low in sodium (less than 14 mg sodium in 1 ounce), low in protein, or both.

Restricted Beverages	Fluid in 1 Serving		Sodium (mg) in 1 Serving
	cc or mL	Fluid oz (ounces)	
Coffee	200	7	0
Broth, low sodium	180	6	18
Gatorade	240	8	110
Jell-O, regular or diet	120	4	98
Juice and juice drinks, regular or diet (except tomato)	120	4	Varies
Juice, thickened	240	8	25
Lemonade	120	4	14
Popsicle	90 to 120	3 to 4	14
Sherbet or sorbet	90	3	Varies
Soda	360	12	Varies
Tea, hot or cold	200 to 360	7 to 12	0
Water or ice	Varies	Varies	0

Questions?

Your questions are important. Call your doctor or healthcare provider if you have questions or concerns.

Nutrition Clinic: 206.744.4612