

## REGISTRO DIETÉTICO DE 24 HORAS

Nombre paciente:

Día de semana:

Tiempo de Comida	Hora (00:00)	Nombre de Alimentos y/o preparaciones	Desglose de Ingredientes de preparaciones.	Cantidad en medidas caseras	Cantidad en g totales/cc	Observaciones
Desayuno						
Colación						
Almuerzo						
Colación						
Once						
Colación						
Cena						
Colación durante la noche						

### Instrucciones de uso:

Explicar al paciente que usted va a preguntarle por todos los alimentos que comió y los líquidos tomó el día de ayer, incluyendo el agua, desde que se levantó hasta que se acostó, incluyendo alimentos o bebestibles consumidos durante la noche.

A continuación se describe cada una de las columnas de la encuesta:

- **Tiempo de comida:** Corresponde al nombre del tiempo de comida, por ejemplo desayuno o entre las comidas (colación).
- **Hora:** corresponde a la hora en que el paciente consumió el alimento. Preguntar: ¿A qué hora lo consumió? (ej. 8:30 am)  
**Nota:** Todo los alimentos reportados entre comidas se anotan en los casilleros "colación" según corresponda.
- **Nombre de alimentos y/o preparaciones:** En esta columna debe registrar en forma general lo que el paciente le dice que consumió el día de ayer. Preguntar: ¿Qué fue lo primero que tomó o comió el día de ayer? E inmediatamente pregunte a qué tiempo de comida corresponde ese alimento y lo registra en la columna que corresponde a ese tiempo de comida, seguido de la hora.
- **Columna de desglose de ingredientes de preparaciones:** En esta columna usted registrará cada uno de los ingredientes del alimento consumido por el paciente. Si el alimento es individual como una manzana, escriba manzana. Si el alimento es una preparación como un charquicán, pregúntele al paciente si le puede describir los ingredientes del charquicán y lista cada uno hacia abajo. Preguntar por los detalles de los alimentos, por ejemplo si el paciente tomó leche, preguntar ¿qué tipo de leche tomó ayer? Entera, semi o descremada, si era en polvo o líquida, fortificada o no. En el caso de que el paciente no sepa los ingredientes de una preparación, registre el nombre de la preparación, posteriormente se usará una receta estándar para determinar los ingredientes de ella.  
**Nota:** En el caso que la preparación generalmente se le agregue algo, preguntar al paciente "le agregó algo a..." Generalmente las infusiones como té, café o leches son endulzados o saborizados con azúcar, edulcorantes o saborizantes.
- **Cantidad en medidas caseras:** Registrar las porciones de cada uno de los ingredientes desglosados en la columna "desglose de ingredientes de preparaciones" Las porciones serán registradas en los modelos de medidas caseras.
- **Cantidad en gramos totales:** Las porciones de las medidas caseras son pasadas a gramos. Este cálculo se realiza una vez que usted ha finalizado la encuesta con el paciente.
- **Observaciones:** Corresponde a la información adicional que el paciente puede entregarle de los alimentos consumidos y que permita determinación su composición una vez terminada la encuesta.