

**PROTOCOLO**

**DIETA DE  
ELIMINACIÓN**



**ANTES DE COMENZAR .....3**

**TIPOS DE ESTRATEGIAS .....4**

    ¿Cuándo optar por proteína novel?.....4

    ¿Cuándo optar por hidrolizada? .....4

    ¿Cuándo no optar por hidrolizada? .....4

**TRANSICIÓN .....5**

**DURACIÓN DE LA DIETA.....5**

**DIETA DE PROVOCACIÓN.....6**

    ¿Cómo realizarla? .....6

**MANTENIMIENTO .....7**

    ¿Qué opciones tenemos? .....7



# ANTES DE COMENZAR

1. Recopilar **HISTORIAL** alimentario lo más completo posible:
  - Dietas secas: fuentes de proteína animal, vegetal, carbohidrato y grasas
  - Dietas húmedas: fuentes de proteína animal y vegetal
  - Premios
  - Comida casera
  - Malta
  - Pasta de dientes
  - Medicaciones saborizadas
  - Cápsulas con gelatina
2. Buscar una **NUEVA** fuente de proteína animal/vegetal y carbohidrato, independientemente de la estrategia que vayamos a seguir.
3. Cuidado con **reacciones CRUZADAS**. Si dieta de pollo, evitar aves; si dieta de ternera, evitar carne roja...

# TIPOS DE ESTRATEGIAS

En base a lo que hayas encontrado en su historia, elige que tipo de estrategia es más conveniente para tu paciente.

## ¿CUÁNDO OPTAR POR PROTEÍNA NOVEL?

Siempre es la primera opción, ya que si está correctamente elaborada, solo lleva dos fuentes de proteína, una animal y otra vegetal, sin grasas de otro tipo.

Consiste en:

- ✓ Una ÚNICA fuente de proteína animal y de carbohidrato, p ej, conejo y patata.
- ✓ NO debe llevar TRAZAS. Cuidado con dietas no veterinarias, leer toda la etiqueta.
- ✓ Podemos dar seca y húmeda siempre con la MISMA fuente de proteína animal, p ej si dieta seca de conejo, latas de conejo sin nada mas.
- ✓ CASERA SIEMPRE por NUTRICIONISTA.

## ¿CUÁNDO OPTAR POR HIDROLIZADA?

Si el historial completo es complicado, ya que ha comido muchos tipos distintos de proteína y va a ser difícil encontrar una dieta monoproteica que no haya probado.

Es preferible no combinar seca y húmeda, aunque sea de la misma marca, ya que hay pacientes que toleran bien la seca pero la húmeda no, o viceversa. Es preferible ceñirse a un solo tipo durante el tiempo que dure la dieta.

## ¿CUÁNDO NO OPTAR POR HIDROLIZADA?

En pacientes que tengan problemas para tolerar dietas poco palatables, que necesiten otros requerimientos como mayor energía o si aparece diarrea osmótica.

# TRANSICIÓN

1. Cambio GRADUAL de dieta anterior a nueva. Mezclar el seco durante una semana o más si es necesario.
  - Primer día, 10% nuevo 90% antigua. Segundo día 20%-80%. Tercer día 30%-70%...
2. Llamar a los 3-4 días de introducir para valorar si la aceptación es buena.
3. Cuando termine transición, comenzar con DIETA ESTRICTA.
4. RETIRAR comida húmeda (o seca si solo va a comer húmeda) que no sea la que hemos prescrito en función de la estrategia elegida.
5. RETIRAR premios, comida casera, Malta, pasta de dientes o medicamentos saborizados.

## DURACIÓN DE LA DIETA

Cuando comience la dieta estricta, deberemos ver RESOLUCIÓN de signos DIGESTIVOS en 4-5 días. P ej, si es diarrea deberá mejorar o resolverse en pocos días.

Pero si los signos son intermitentes, p ej, vómitos cada 15 días, o pérdida de peso, deberemos esperar esperar más tiempo para valorarlo.

Estos deben **desaparecer por COMPLETO** en el tiempo que hayamos decidido esperar, una semana o 15 días o más si son intermitentes.

- ◆ Si **mejoran pero no desaparecen**, es problema digestivo que mejora con dieta, pero **NO Reacción adversa al alimento**.
- ◆ Si no mejoran, podemos cambiar de estrategia una vez más ya que es habitual que respondan a una estrategia pero si a otra.

# DIETA DE PROVOCACIÓN

Es necesaria para confirmar que se trata de una reacción adversa al alimento. Si empezamos con otra dieta o retomamos la anterior y no reaparecen los signos, NO es una reacción adversa al alimento sino una patología digestiva que mejora con dieta, y requiere de investigación.

## ¿CÓMO REALIZARLA?

1. Solo cuando signos hayan desaparecido por completo
2. Comenzar con PEQUEÑAS cantidades de alimentos MONOPROTEICOS húmedos con una fuente distinta a la actual (recomendación personal). P ej si toma dieta de conejo, probar con pollo o pavo.
3. Dar durante UNO o DOS días, y vigilar REAPARICIÓN de signos (heces blandas, vómitos...).
4. Si NO aparecen, anotar como ingrediente PERMITIDO, retirar y dejar de nuevo solo con dieta ESTRICTA durante 4-5 días antes de probar con otro (Periodo de lavado).
5. Si aparecen, RETIRAR, anotar como ingrediente NO permitido, dejar de nuevo con dieta ESTRICTA 4-5 días mínimo o hasta que vuelvan a resolverse los signos antes de probar con otro.
6. ENTRE ingrediente monoproteico nuevo (periodo de lavado), deben dejarse por tanto MÍNIMO 4-5 días. Si los signos desaparecen en este periodo, se puede volver a probar con otro.

# MANTENIMIENTO

Cuando hayamos hecho el diagnóstico y tengamos una lista de fuentes de proteína animal y vegetal o alimentos que tolere, entonces intentaremos pasar a una dieta un poco más variada.

## ¿QUÉ OPCIONES TENEMOS?

- A. Buscar una dieta COMERCIAL o formular una CASERA (con nutricionista) que lleve solo esas fuentes.
- B.
- C. Si se quiere dejar con la dieta comercial tanto HIDROLIZADA o bien de DE PROTEÍNA NOVEL, podríamos añadir la comida HÚMEDA que haya TOLERADO en la dieta de provocación.

