

Pancreatitis, plan de nutrición

Una buena nutrición es importante para sanar de pancreatitis aguda. La nutrición es parte importante del tratamiento para la pancreatitis aguda en el hospital y en casa.

¿Qué comerá mi hijo en el hospital si tiene pancreatitis?

Es muy probable que los primeros días su hijo tenga una dieta líquida.

Cuando su hijo tolere bien los líquidos (1 a 2 días después) puede comenzar una dieta de alimentos sólidos. El equipo de nutrición le dirá cómo empezar.

Recibir suficientes calorías al comienzo de la pancreatitis aguda puede reducir la estadía en el hospital, el tiempo de recuperación y disminuir el riesgo de complicaciones.

Si su hijo no quiere comer debido al dolor, náuseas o vómitos, puede necesitar ayuda para tener suficiente energía. Para que reciba más calorías para ayudarlo a sanar y crecer podemos recomendar:

Suplementos orales

Fórmulas líquidas que brindan excelente nutrición.

Sonda de alimentación provisional

Si su hijo no quiere comer o beber, o no puede debido al dolor o vómito, puede recibir nutrición a través de una sonda pequeña de alimentación por corto tiempo. Va de la nariz al estómago.

Nutrición intravenosa

A veces, los pacientes con pancreatitis necesitan nutrición por la vena mientras están internados. Su equipo médico de pancreatitis le dirá si su hijo necesita este tipo de nutrición.

¿Qué debe comer mi hijo después de salir del hospital?

Junto a usted, planearemos la mejor dieta para su hijo en casa. Mantener una buena nutrición es parte importante del tratamiento para la pancreatitis de su hijo. Tal vez no sea necesario seguir una dieta baja en grasa.

Dieta balanceada para todos los días

Es muy importante que su hijo consuma una dieta sana y balanceada durante y después de recuperarse de una crisis de pancreatitis.

Lo más importante es que coma lo suficiente cada día para poder nutrirse y crecer. Su equipo de pancreatitis recomendará a su hijo una dieta sana para antes y después de este periodo.

Más información

- Gastroenterología
206-987-2521
- Consulte con el proveedor de atención médica de su hijo
- seattlechildrens.org

Servicio gratuito de intérprete

- En el hospital, solicítelo a la enfermera.
- Fuera del hospital llame a la línea gratuita de interpretación:
1-866-583-1527. Dígale al intérprete el nombre de la persona o extensión que necesita.



Ejemplos de alimentos sanos

Frutas frescas

- Bayas o frutos del bosque
- Melón
- Kiwi
- Naranjas

Verduras

- Zanahorias
- Brócoli
- Pepinos
- Tomates

Granos enteros

- Pan integral, galletas saladas, cereal, pastas
- Quinoa
- Avena

Lácteos

- Yogur
- Queso (duro, blando o requesón)
- Leche

Grasas y proteínas saludables

- Huevos
- Pollo
- Tofu
- Salmón
- Frijoles
- Aguacate
- Frutos secos y sus mantequillas
- Semillas
- Aceites (olivo, coco, vegetal, aguacate)

¿Debe seguir una dieta especial para la pancreatitis?

Hay muchas teorías sobre alimentos que pueden ayudar con esta enfermedad y es muy importante seguir la dieta.

Tal vez ha oído hablar de ciertas dietas para tratar la pancreatitis, como la baja en grasa. La investigación no muestra evidencia que apoye esto. La dieta baja en grasa puede utilizarse solamente en casos muy específicos. Su hijo tendrá una dieta regular, según lo recomendado por su nutricionista.

¿Y si todavía tiene dolor de estómago?

Juntos, con usted y su hijo, trataremos de prevenir y aliviar el dolor lo mejor posible. Probablemente tendrá dolor debido a una crisis de pancreatitis. Usted es quien mejor lo conoce. Por eso le animamos a participar en la recuperación de su hijo, hablando con su equipo médico sobre las opciones. Sin importar el nivel de dolor, lo evaluaremos y responderemos enseguida. Ayude a su hijo a mejorar más pronto con un buen tratamiento para el dolor.

Pancreatitis Nutrition Plan

Good nutrition, both during a pancreatitis flare and back at home, is important to healing. Nutrition is very important in the treatment of acute pancreatitis, both in the hospital and at home.

What will my child eat in the hospital with pancreatitis?

For the first few days of your child's hospital stay, they will likely have a liquid diet.

Once your child is stable on liquids (usually within 1 to 2 days of hospital stay), a solid food diet is started. The team dietitian will discuss how best to start this for your child.

Getting enough calories early on in your child's pancreatitis course can help reduce length of hospital stay, shorten recovery time, and lower risk of complications.

If your child is not interested in eating because of pain, nausea, or vomiting, they may need some help getting enough energy. To help your child get the calories they need to heal and grow we may recommend:

Oral supplements

These are liquid formulas designed for children that provide excellent nutrition.

A temporary feeding tube

If your child is not interested in eating or drinking or are unable to eat or drink due to pain or vomiting, they can get their nutrition through a small feeding tube for a time. The tube goes in through the nose and down into the stomach.

IV nutrition

Sometimes, children with pancreatitis may need to be given nutrition through an IV while they are in the hospital. Your pancreatitis care team will discuss this with you if your child may need this kind of nutrition.

What should my child eat after leaving the hospital?

We will work with you to help plan your child's best diet at home. Maintaining good nutrition is an important treatment for your child's pancreatitis. Low-fat diets may not be needed.

Eat a balanced diet every day

It is very important for your child to eat a healthy, balanced diet when in a pancreatitis flare, and to maintain the diet once the flare has passed.

The most important goal is that your child is able to eat enough food in the day to meet their nutrition and growth needs. Your pancreatitis team will encourage your child to eat a healthy diet, both during a pancreas flare and when not in a pancreas flare.

1 of 3

To Learn More

- Gastroenterology
206-987-2521
- Ask your child's healthcare provider
- seattlechildrens.org

Free Interpreter Services

- In the hospital, ask your nurse.
- From outside the hospital, call the toll-free Family Interpreting Line, 1-866-583-1527. Tell the interpreter the name or extension you need.

Examples of healthy foods

Fresh fruits

- Berries
- Melon
- Kiwifruit
- Oranges

Vegetables

- Carrots
- Broccoli
- Cucumbers
- Tomatoes

Whole grains

- Whole wheat bread, crackers, cereal, pasta
- Quinoa
- Oatmeal

Dairy

- Yogurt
- Cheese (hard, soft, or cottage cheese)
- Milk

Healthy fats and proteins

- Eggs
- Chicken
- Tofu
- Salmon
- Beans
- Avocado
- Nuts and nut butters
- Seeds
- Oils (olive, coconut, vegetable, avocado)

Should my child follow a special diet for pancreatitis?

There are many theories about foods that may help your child's condition, but it is very important to stick to the diet your child's dietitian has created.

You may have heard about certain diets that treat pancreatitis, such as a low-fat diet. Our research shows that there is no evidence to support this. A low-fat diet method may only be used in very specific cases. Otherwise, your child will be on a regular diet as recommended by your child's dietitian.

What if my child is still having stomach pain?

We partner with you and your child to prevent and relieve pain as completely as possible. Your child likely will feel pain from a pancreatitis flare. You know your child best. We encourage you to take an active part in your child's recovery by talking with your child's care team about options for your child. No matter the level of their pain, we join you to assess and respond right away. Help your child get better, faster with good pain treatment.