

GUIA DE PREPARAÇÃO



CNP: 7475558



CNP: 6061424

Nestlé HealthScience
espesante
b clear
resource

Unidade de medida



Colher-medida* = 1.2g

É importante assegurar que a consistência está adaptada à capacidade de deglutição do doente. Após misturar a bebida com o espessante e ter atingido a consistência necessária, não deverá ser adicionado mais espessante.

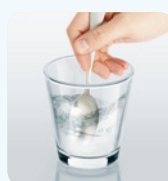
BEBIDAS TRADICIONAIS[^]



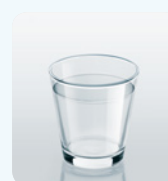
Adicionar a quantidade desejada de produto a um recipiente vazio. Utilizar a colher-medida incluída na embalagem.



Em seguida, acrescentar o líquido.



Mexer até que se dissolva completamente.



Deixar repousar 1 minuto antes de tomar.

Nota: Se espessar suplementos nutricionais orais poderá demorar aproximadamente 20min até obter a textura desejada.

	ESCALA IDDSI			
	Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4
	Muito levemente espessado	Levemente espessado	Moderadamente Espessado	Extremamente Espessado
Água, sumo, chá, café, leite				
Por 200 ml de líquidos*	1 colher-medida	2 colheres-medida	4 colheres-medida	6 colheres-medida†
1 Litro	5 colheres-medida	10 colheres-medida	20 colheres-medida	30 colheres-medida†

†O nível 4, extremamente espessado, foi avaliado pelo Teste de Inclinação da Colher da escala IDDSI.

LEITE



Adicionar a quantidade desejada de produto a um recipiente vazio. Utilizar a colher-medida incluída na embalagem.



Em seguida, acrescentar a quantidade de leite necessária para cobrir o espessante. (~50mL).



Mexer até que se dissolva completamente e/ou comece a espessar.



Adicionar a restante quantidade de leite. Deixar repousar **15 minutos** antes de tomar.

	ESCALA IDDSI			
	Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4
	Muito levemente espessado	Levemente espessado	Moderadamente Espessado	Extremamente Espessado
200mL Leite Magro[‡]	1 colher-medida	2 colheres-medida	4 colheres-medida	8 colheres-medida†
1 Litro Leite Magro[‡]	5 colheres-medida	10 colheres-medida	20 colheres-medida	24 colheres-medida†
200mL Leite Gordo[#]	1 colher-medida	2 colheres-medida	4 colheres-medida	8 colheres-medida†
1 Litro Leite Gordo[#]	4 colheres-medida	11 colheres-medida	20 colheres-medida	25 colheres-medida†

‡Leite Magro (1g lípidos/100mL)

#Leite Gordo (3.4g lípidos/100mL)

†O nível 4, extremamente espessado, foi avaliado pelo Teste de Inclinação da Colher da escala IDDSI.

Nota: O teor proteico e lipídico varia de marca para marca de leite.

Nestlé HealthScience



BEBIDAS ALCOÓLICAS - CERVEJA (150mL)

Beba de forma responsável.



Adicionar a quantidade desejada de produto a um recipiente vazio. Utilizar a colher-medida incluída na embalagem. Adicione meia colher de chá de açúcar.



Abrir a garrafa de cerveja e aguardar. Em seguida, acrescentar a quantidade de cerveja necessária para cobrir o espessante. (~50mL).



Mexer até que se dissolva completamente e/ou comece a espessar.



Adicionar gradualmente a quantidade de cerveja remanescente.* **Aguardar 5 minutos** e voltar a mexer com a ajuda de uma colher. Pronto a tomar!

ESCALA IDDSI

	Nível 1 Muito levemente espessado	Nível 2 Levemente espessado	Nível 3 Moderadamente Espessado	Nível 4 Extremamente Espessado
Cerveja (Refrigerada - Fria)				
150mL	–	1 colher-medida	2 colheres-medida	4 colheres-medida†

Nota: Idealmente, ir adicionando pequenas quantidades, mexer e aguardar. Voltar a repetir processo.

No nível 4 pode parecer espuma, contudo é o efeito do espessante.

†O nível 4, extremamente espessado, foi avaliado pelo Teste de Inclinação da Colher da escala IDDSI.

Ajustar de acordo com a bebida alcoólica que está a preparar. Podem haver pequenas diferenças.

BEBIDAS ALCOÓLICAS - VINHO (150mL)

Beba de forma responsável.



Adicionar a quantidade desejada de produto a um recipiente vazio. Utilizar a colher-medida incluída na embalagem.



Em seguida, acrescentar a quantidade de vinho necessária para cobrir o espessante. (~50mL).



Mexer até que se dissolva completamente e/ou comece a espessar.



Adicionar gradualmente a quantidade de vinho remanescente (mexendo bem sempre que adicionar mais volume). **Aguardar 5 minutos**, voltar a mexer e servir de imediato.

ESCALA IDDSI

	Nível 1 Muito levemente espessado	Nível 2 Levemente espessado	Nível 3 Moderadamente Espessado	Nível 4 Extremamente Espessado
Vinho				
150mL Vinho Tinto (temperatura ambiente)	–	2 colheres-medida	3 colheres-medida	4 colheres-medida†
150mL Vinho Branco (refrigerado-frio)	1 colher-medida	2 colheres-medida	3 colheres-medida	4 colheres-medida†

†O nível 4, extremamente espessado, foi avaliado pelo Teste de Inclinação da Colher da escala IDDSI.

Ajustar de acordo com a bebida alcoólica que está a preparar. Podem haver pequenas diferenças.

BEBIDAS GASEIFICADAS



Adicionar a quantidade desejada de produto a um recipiente vazio. Utilizar a colher-medida incluída na embalagem.



Em seguida, acrescentar a quantidade de líquido necessária para cobrir o espessante. (~50mL).



Mexer até que deixe de estar efervescente.



Adicionar gradualmente a quantidade de líquido remanescente (mexendo bem sempre que adicionar mais volume). **Aguardar 5 minutos**, voltar a mexer e servir de imediato.

ESCALA IDDSI

	Nível 1 Muito levemente espessado	Nível 2 Levemente espessado	Nível 3 Moderadamente Espessado	Nível 4 Extremamente Espessado
Limonada com água gaseificada.*				
200mL	1 colher-medida	2 colheres-medida	3 colheres-medida	6 colheres-medida†

* **Nota:** Idealmente, ir adicionando pequenas quantidades, mexer e aguardar. Voltar a repetir processo.

†O nível 4, extremamente espessado, foi avaliado pelo Teste de Inclinação da Colher da escala IDDSI.

***Não esquecer:** Pode variar consoante a bebida gaseificada que for preparada. Ajustar sempre que necessário.