

# Texas Children's Hospital

## *Cuidando la Salud de su Hijo*

### Cantidad Recomendado de Carbohidratos para Edad del Nino

Edad	Kcal/día	Desayuno	*Snack de mañana	Almuerzo	*Snack de mañana	Cena	Snack antes de dormir
1-3	1,000	2	1/2	3	1/2	3	1/2
4-8	1,400	3	0	3	1	4	1/2
Varones 9-13	1,700	4	0	5	1	5	1
Varones 14-18	2,300	5	0	7	1	8	1
Hembras 9-13	1,500	4	0	5	1	4	1
Hembras 14-18	1,700	4	0	5	1	5	1

*\*Si el snack (merienda) es continuada en casa, debería ser consumido por lo menos 2½ a 3 horas antes de la próxima comida o el próximo programado chequeo de glucosa de sangre.*

Si un producto de alimentación es  $\geq$  (más de) 22 gramos de carbohidratos debería ser aumentado a 30 gramos carbohidratos.

Esto es simplemente un formato (guía) para comenzar el uso consistente de las cantidades de carbohidratos; puede y debería ser adaptado a las necesidades particulares del paciente antes de haber sido dado de alto (del hospital) como después de haber sido dado de alto. Padres pueden llamar a la línea de apoyo para diabetes 832-822-1023 si creen que necesita cambios después de haber sido dado de alto.



Texas Children's Hospital®

*Desarrollado por el Nutrition Coordinating Council.*

© 2010 Texas Children's Hospital

All rights reserved. 6621 Fannin St. MC 39G Houston, Texas 77030-2399. 3553:10/10