

# D-Diet

## Dialysis Diet Charts

### AYUDA

#### Introducción

La aplicación funciona como un panorama continuo del consumo de líquidos y minerales para hacer más fácil para los pacientes dializados seguir su dieta y el consumo de líquidos prescritos.

Siempre tendrás en vista lo que aún puedes permitirte comer/beber hasta tu próxima sesión de diálisis.

El sistema funciona de tal manera que el usuario ingresa su consumo total de alimentos y bebidas. Esto significa que cada vez que el usuario come o bebe algo, lo ingresa en el sistema buscando cada ítem (alimento o bebida) en la base de datos y confirmándolo. Después de seleccionar el ítem desde la tabla, la aplicación calculará automáticamente el volumen de líquidos y la cantidad de potasio y fósforo tanto en alimentos como en bebidas. Todos los valores de ingesta se suman constantemente y se muestran en gráficos claros. Cada gráfico muestra los valores óptimos (color verde) que reflejan la ingesta recomendada entre dos sesiones de diálisis. Los valores por encima del límite óptimo se muestran en color rojo. El máximo valor del gráfico no debe excederse en ningún caso. Los gráficos muestran los valores continuamente desde el final de la última sesión de diálisis (durante la cual el equipo de diálisis filtra los excesos de potasio y fósforo de la sangre del paciente y reduce la cantidad de líquidos en su cuerpo a través de ultrafiltración) hasta el inicio de la próxima sesión de diálisis (configurada en el Perfil). Durante la diálisis, los gráficos y la entrada de consumo están inaccesibles. Cuando se termina la diálisis, los gráficos se resetean y comienzan a medir nuevamente desde el principio. En caso de líquidos, el usuario ingresa su nuevo peso inicial después de la diálisis (que se ha alcanzado) y se mide luego el consumo de líquidos desde ese valor.

La versión Premium de la aplicación permite expandir la base de datos de alimentos con más items y el usuario también puede configurar sus propios comidas regulares, compuestas por varios items de la base de datos y guardarlos bajo nombres propios para un ingreso más fácil en el futuro.

Los hechos mencionados anteriormente muestran que un funcionamiento correcto de esta aplicación depende de la disciplina de cada usuario y requiere que el usuario ingrese realmente todo lo que consume. La base de datos también permite buscar offline los valores de potasio, fósforo, sodio y agua contenidos en cada item para ver cuánto de cada sustancia contiene el item y si es adecuado para incluirlo en su dieta. Todos los items ingresados pueden ser mostrados en la lista diaria (incluso para días anteriores, por fecha).

La versión Premium también proporciona la historia de los valores alcanzados y estadísticas que muestran las tendencias (mejora o empeoramiento de los resultados). Un punto en la fecha específica indica un día en el que se realizó un ingreso de consumo.

## **Explicación de los elementos del menú**

### **CONSUMO:**

La opción de Consumo incluye 2 pestañas: Alimentos y Platos.

La pestaña Alimentos contiene una tabla para la selección de alimentos bebidas consumidos. Cada línea de la tabla contiene un símbolo de alimento/bebida, el nombre del alimento/bebida, el modo de entrada (peso/volumen) y un icono de información.

En la parte superior hay un icono de búsqueda, un icono de información y un icono de filtro. Haz clic en el icono de búsqueda para abrir el campo de búsqueda donde puedes introducir el nombre del alimento o bebida. Ya durante el escritura, los items de la tabla comienzan a ser filtrados según corresponda. Haz clic en el icono de información para ver la leyenda de colores utilizados. Haz clic en el icono de filtro para ordenar los items de la tabla en orden ascendente o descendente según la cantidad de potasio y fósforo.

Si no puedes encontrar un item en la tabla, intenta ingresar su nombre modificado. Si el item no está incluido en la tabla, selecciona un alimento

similar. La versión premium permite agregar nuevos ítems en la tabla de consumo.

Premium: A continuación de las dos pestañas en la pestaña "Alimentos" encontrarás la barra "Agregar alimento" para la entrada de nuevos ítems en la tabla. Al hacer clic en esta barra, se abrirá un diálogo donde podrás ingresar el nombre del ítem, tipo (alimento/bebida) y el valor de cada sustancia contenida.

La pestaña de "Platos" incluye una barra "Agregar plato" para ingresar un nuevo plato personalizado y una lista de los platos creados hasta ahora debajo de ella. Al tocar la barra, se muestra un cuadro de diálogo para crear un nuevo plato. Aquí puedes buscar cada elemento de la tabla de alimentos/bebidas y ingresar su cantidad contenida en el plato que estás creando. Cuando hayas ingresado todos los ingredientes, escribes el nombre del plato y lo guardas para su uso posterior.

En la parte inferior de la pestaña Alimentos hay una barra de Lista Diaria. Haz clic en la barra para ver la lista.

Haz clic en un ítem de la tabla para ver la caja de entrada que contiene el nombre del ítem, fecha de entrada, campo de cantidad, y una lista de valores monitoreados convertidos a la cantidad ingresada. La caja también contiene un selector de modo de entrada para seleccionar el modo de entrada – cantidad (peso/volumen) o raciones predeterminadas (para ciertos ítems).

Al principio, es recomendable pesar cada ítem (o medir el volumen de fluidos) pero con el tiempo podrás estimar los números. Además, la mayoría de las comidas se repiten lo que facilita su posterior ingreso en el sistema.

### **Lista Diaria**

La Lista Diaria contiene los ítems consumidos en el día particular (marcados con un punto en el calendario). El día mostrado puede ser cambiado seleccionando otra fecha al hacer clic en el ícono de calendario. Cada ítem guardado puede ser modificado (haciendo clic en el ítem particular y cambiando la cantidad ingresada) o eliminado (haciendo clic en el ícono de basura). También puedes agregar nuevos ítems que se te hayan olvidado que serán agregados a la lista del día mostrado: Selecciona el día requerido y selecciona el ítem olvidado de la

tabla principal. Después de guardar el item, se agregará a la lista del día mostrado en la Lista Diaria.

La pestaña Platos (Versión Premium) ofrece la posibilidad de configurar y guardar tus propios platos compuestos por múltiples items de la tabla Alimentos.

## **PERFIL:**

### GENERAL

**DURACIÓN DEL DIALISIS** – Duración prescrita de un tratamiento de diálisis (en horas y minutos).

**PESO SECO** – Peso seco en kilogramos. Introduce aquí tu peso seco según sea indicado por tu médico. En caso de cambio, introduce el nuevo valor. Tu peso actual alcanzado después de la diálisis se introduce en la caja de Peso después de la diálisis, que se muestra después de finalizar cada sesión de diálisis.

**PESO DESPUÉS DE HD** – Tu peso inicial alcanzado después de la diálisis en kilogramos. Idealmente, debe ser idéntico al peso seco prescrito, pero puede diferir en algunos casos. La diferencia entre este peso y el peso seco se utilizará como punto de partida para la gráfica de líquido.

**DIURESIS** – Tu residual diuresis (cantidad de orina en mililitros por 24 horas). Introduce cero (0) si no orinas nada más.

**FÁRMACOS ENLACE DE FOSFATO** – Indica aquí si estás tomando fármacos para enlazar fosfato (por ejemplo, Carbonato de Calcio, Sevelamer, etc.). Configura el botón radio a Sí si estás tomando estos medicamentos, en caso contrario configúralo a No.

### PROGRAMA DE DIALISIS

Si necesitas cambiar los ajustes de tus sesiones de diálisis, haz clic en la barra de ajuste particular (del día específico) y haz clic en el icono Eliminar para eliminarlo. Luego, configura un día diferente y horarios de inicio y fin utilizando la barra de ajuste y guardando los nuevos datos cambiará los términos en el calendario. Si solo necesitas cambiar un solo término y mantener el resto del

programa de diálisis, haz clic en el día específico en el calendario (en su fecha) y cambia sus datos en el campo de entrada.

## **OPCIONES:**

**LINGUAE** – Configuración del idioma de la aplicación. Aquí puedes elegir el idioma utilizado en esta aplicación. Puedes elegir entre checo, inglés, alemán, francés o español. El idioma predeterminado se establece según el ajuste de idioma del smartphone. Si usted desea utilizar otros idiomas también, es necesario que el idioma requerido esté instalado en su teléfono.

## **AYUDA:**

**RESUMEN** – Una introducción a esta aplicación, su sistema y valores médicos utilizados.

**AYUDA** – Una ayuda para esta aplicación con explicación de los elementos del menú individuales.

**ASISTENTE DE CONFIGURACIÓN** – Un asistente que te guiará a través de la configuración inicial de la aplicación.

**ADVERTENCIA** – Una advertencia sobre la responsabilidad por cualquier problema asociado con el uso de esta aplicación.

**ACTUALIZACIONES** – Aquí puedes ver los cambios incluidos en cada actualización nueva.

**POLÍTICA DE PRIVACIDAD** - Un enlace a la página web con la política de privacidad para esta app.

**SOBRE** – Información sobre la aplicación & créditos.