



## EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

# Dieta de líquidos claros

Esta información le ayudará a seguir una dieta de líquidos claros. Coloque esta información en su cocina de manera tal que pueda ver con facilidad qué puede y qué no puede comer o beber mientras hace una dieta de líquidos claros.

Una dieta de líquidos claros consiste en líquidos claros que son digeridos fácilmente y no dejan residuo en su tracto intestinal. El médico puede indicarle una dieta de líquidos claros antes de una cirugía o procedimiento, o si tiene ciertos problemas digestivos. Los líquidos claros no tienen muchas calorías ni nutrientes, por lo tanto no debe continuar haciendo una dieta de líquidos claros por más tiempo que el recomendado por el médico o enfermera.

Una dieta de líquidos claros incluye solo los líquidos a través de los cuales usted puede ver. En la tabla a continuación presentamos algunos ejemplos. No puede comer ningún alimento sólido mientras hace una dieta de líquidos claros. Si le van a realizar una cirugía o procedimiento, es posible que el médico le diga que evite cualquier cosa de color rojo, naranja o púrpura, incluidos los líquidos, gelatina y caramelos duros. Si tiene cualquier pregunta, hable con la enfermera.

Alimento/Bebida	Beba	No beba
<b>Sopas</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Caldo o caldo tipo bouillon claros</li><li>Consommé claro</li><li>Caldo de vegetales, de pollo o de res envasados</li></ul>	Ningún producto con ninguna partícula de alimentos secos o aderezo
<b>Dulces</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Gelatina, como Jell-O®</li><li>Paletas de helado de fruta sin pulpa y sin piel</li><li>Caramelos duros, como Lifesavers®</li></ul>	Todos los demás
<b>Bebidas*</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Jugos de fruta claros, como arándano blanco, uva blanca, manzana</li><li>Refrescos, como 7-Up®, Sprite®, refresco de jengibre, agua de seltzer, Gatorade®</li><li>Café negro</li><li>Té</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Jugos con pulpa</li><li>Néctares</li><li>Leche o crema</li><li>Bebidas alcohólicas</li></ul>

\* Si le permiten tomar bebidas de color rojo, naranja o púrpura, también puede incluir las bebidas nutricionales Boost® Breeze, Ensure Clear™ o Diabetishield® para obtener calorías y proteína adicionales.

Si tiene algunas preguntas o inquietudes, hable con su médico, enfermera u otro miembro del equipo de atención de su salud. Puede comunicarse con ellos de lunes a viernes de 9:00 am a 5:00 pm al \_\_\_\_\_. Después de las 5:00 pm, durante los fines de semana y días festivos, llame al \_\_\_\_\_. Si no se indica un número o no está seguro, llame al (212) 639-2000.

---

©2014 Memorial Sloan Kettering Cancer Center