



EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

Dieta BRATT, fase 1

En esta información se explica lo que se puede comer y lo que no se puede comer en la fase 1 de la dieta BRATT.

GRUPOS DE ALIMENTOS	PERMITIDO	NO PERMITIDO
Leche y productos lácteos	<ul style="list-style-type: none">• Leche de arroz• Lactaid• Leche de soja• Leche de almendra	<ul style="list-style-type: none">• Leche (entera, parcialmente descremada y descremada)• Semidescremada• Crema• Crema agria• Helado regular• Yogur
Verduras	<ul style="list-style-type: none">• Papas sin piel horneadas, hervidas o en puré	<ul style="list-style-type: none">• Todo lo demás, excepto lo mencionado en la categoría “permitido”
Frutas y jugos	<ul style="list-style-type: none">• Plátano• Puré de manzana• Jugo de manzana diluido	<ul style="list-style-type: none">• Todo lo demás, excepto lo mencionado en la categoría “permitido”
Panes y granos	<ul style="list-style-type: none">• Panes y productos elaborados con harina blanca• Tostadas secas• Rice Krispies[®], Rice Chex[®]• Cream of Rice[®]• Pasta blanca• Arroz blanco• Crema de arroz	<ul style="list-style-type: none">• Panes, panecillos, galletas o pasta de trigo integral o de salvado• Arroz integral o salvaje• Cebada, avena y otros granos enteros• Cereales de granos enteros o salvado• Panes o cereales con semillas o frutos secos
Carnes y	<ul style="list-style-type: none">• Claras de huevo hervidas, revueltas	<ul style="list-style-type: none">• Carnes cocidas, pescado y

sustitutos de la carne	<ul style="list-style-type: none"> o escalfadas • Omelet hecho con batidora o de claras de huevo • Mantequillas cremosas de frutos secos (1 cucharada al día) 	<p>productos con soja</p> <ul style="list-style-type: none"> • Carnes rojas, de ave o pescado fritas • Embutidos, como salchicha de Bolonia o salame • Salchichas y tocino • Perros calientes • Carnes grasosas • Yemas de huevo • Frutos secos • Mantequillas con trozos de frutos secos
Grasa	<ul style="list-style-type: none"> • Mantequilla (con moderación) • Aceite de oliva (con moderación) 	<ul style="list-style-type: none"> • Todo lo demás, excepto lo mencionado en la categoría “permitido”
Bebidas	<ul style="list-style-type: none"> • Pedialyte[®], • Té caliente descafeinado • Gatorade[®] diluida, 	<ul style="list-style-type: none"> • Bebidas con cafeína o sorbitol
Sopas	<ul style="list-style-type: none"> • Caldo de verduras o pollo 	<ul style="list-style-type: none"> • Todo lo demás, excepto lo mencionado en la categoría “permitido”
Varios	<ul style="list-style-type: none"> • Endulzantes con moderación (azúcar, Equal[®], Sweet-N-Low[®], Splenda[®]) • Jugo de limón • Jello[®] • Jalea 	<ul style="list-style-type: none"> • Todo lo demás, excepto lo mencionado en la categoría “permitido”

Si tiene preguntas, contacte a un integrante del equipo de atención médica directamente. Si es paciente de MSK y necesita comunicarse con un proveedor después de las 5:00 PM, durante el fin de semana o un día feriado, llame al 212-639-2000.

Para obtener más recursos, visite www.mskcc.org/pe y busque en nuestra biblioteca virtual.

BRATT Diet Phase 1 - Last updated on July 24, 2020

©2020 Memorial Sloan Kettering Cancer Center