



EDUCACIÓN DE PACIENTES Y CUIDADORES

Dieta BRATT, fase 2

En esta información se explica lo que se puede comer y lo que no se puede comer en la fase 2 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• Queso de soja• Yogur simple	<ul style="list-style-type: none">• Leche (entera, parcialmente descremada y descremada)• Semidescremada• Crema, crema agria• Helado regular• Yogur con bayas, frutas secas o frutos secos
Verduras	<ul style="list-style-type: none">• Batatas blancas o dulces sin piel horneadas, asadas, hervidas o en puré• Yuca• Plátano• Verduras enlatadas o muy bien cocidas sin semillas, tallos ni piel, como habichuelas, calabaza, zanahorias, espárragos	<ul style="list-style-type: none">• Verduras crudas• Verduras fritas• Remolacha• Brócoli• Col de Bruselas• Repollo• Coliflor• Hojas verdes de berza, mostaza y nabo• Maíz, arvejas• Cáscaras de papa
Frutas y jugos	<ul style="list-style-type: none">• Plátano• Puré de manzana• Manzanas peladas, horneadas• Bayas en lata	<ul style="list-style-type: none">• Todas las frutas crudas excepto la banana• Frutas secas, incluidas

	<ul style="list-style-type: none"> • Melón (cantalupo, blanco, sandía hasta 1 taza al día) • Jugos de frutas (excepto ciruela) diluidos sin pulpa 	<ul style="list-style-type: none"> • las ciruelas y las pasas • Jugo de fruta con pulpa • Frutas en jarabes concentrados
Panes y granos	<ul style="list-style-type: none"> • Panes y productos elaborados con harina blanca (incluidas las tortillas de harina, los panques ingleses y las roscas) • Galletas saladas, integrales y de arroz • Fideos y pasta blancos • Cuscús • Pretzel blando • Cereales con menos de 3 gramos de fibra, como Rice Krispies[®], Rice Chex[®] o Corn Flakes[®] • Cream of Rice[®] • Avena (no cortada) • 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 integrales o salvado. • Panes o cereales con semillas o frutos secos • Palomitas de maíz

Si tiene preguntas, llame a un miembro de su equipo de atención médica directamente. Si es paciente de MSK puede comunicarse con un proveedor de cuidados de la salud después de las 5:00 PM, durante los fines de semana y los feriados, llame al 212-639-2000.

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

BRATT Diet Phase 2 - Last updated on January 31, 2020

©2020 Memorial Sloan Kettering Cancer Center