



## 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.

<b>GRUPOS DE ALIMENTOS</b>	<b>PERMITIDO</b>	<b>NO PERMITIDO</b>
<b>Leche y productos lácteos</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Leche de arroz</li><li>• Lactaid</li><li>• Leche de soja</li><li>• Leche de almendra</li><li>• Queso de soja</li><li>• Yogur simple</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Leche (entera, parcialmente descremada y descremada)</li><li>• Semidescremada</li><li>• Crema, crema agria</li><li>• Helado regular</li><li>• Yogur con bayas, frutas secas o frutos secos</li></ul>
<b>Verduras</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Batatas blancas o dulces sin piel horneadas, asadas, hervidas o en puré</li><li>• Yuca</li><li>• Plátano</li><li>• Verduras enlatadas o muy bien cocidas sin semillas,</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Verduras crudas</li><li>• Verduras fritas</li><li>• Remolacha</li><li>• Brócoli</li><li>• Col de Bruselas</li><li>• Repollo</li><li>• Coliflor</li></ul>

	tallos ni piel, como habichuelas, calabaza, zanahorias, espárragos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hojas verdes de berza, mostaza y nabo</li> <li>• Maíz, arvejas</li> <li>• Cáscaras de papa</li> </ul>
<b>Frutas y jugos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plátano</li> <li>• Puré de manzana</li> <li>• Manzanas peladas, horneadas</li> <li>• Bayas en lata</li> <li>• Melón (cantalupo, blanco, sandía hasta 1 taza al día)</li> <li>• Jugos de frutas (excepto ciruela) diluidos sin pulpa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Todas las frutas crudas excepto la banana</li> <li>• Frutas secas, incluidas las ciruelas y las pasas</li> <li>• Jugo de fruta con pulpa</li> <li>• Frutas en jarabes concentrados</li> </ul>
<b>Panes y granos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Panes y productos elaborados con harina blanca (incluidas las tortillas de harina, los panques ingleses y las roscas)</li> <li>• Galletas saladas, integrales y de arroz</li> <li>• Fideos y pasta blancos</li> <li>• Cuscús</li> <li>• Pretzel blando</li> <li>• Cereales con menos de 3 gramos de fibra, como Rice</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Panes, panecillos, galletas o pasta de trigo integral o de salvado</li> <li>• Arroz integral o salvaje</li> <li>• Cebada, avena y otros granos enteros</li> <li>• Cereales de</li> </ul>

	<p>Krispies<sup>®</sup>, Rice Chex<sup>®</sup> o Corn Flakes<sup>®</sup></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cream of Rice<sup>®</sup></li> <li>• Avena (no cortada)</li> <li>• Arroz blanco</li> <li>• Crema de arroz</li> </ul>	<p>granos integrales o salvado.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Panes o cereales con semillas o frutos secos</li> <li>• Palomitas de maíz</li> </ul>
--	--	---

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](http://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