



EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

Dieta de líquidos claros

Esta información le ayudará a seguir una dieta de líquidos claros. Tenga este recurso en la cocina para que pueda ver con facilidad lo que puede y lo que no puede comer o tomar mientras sigue una dieta de líquidos claros.

Acerca de las dietas de líquidos claros

Una dieta de líquidos claros consiste en líquidos que sean transparentes. Estos líquidos se digieren fácilmente y no dejan residuos en el tracto intestinal.

Es posible que el proveedor de cuidados de la salud le prescriba una dieta de líquidos claros antes de su cirugía o procedimiento, para las primeras comidas después de su cirugía o procedimiento o si tiene ciertos problemas digestivos. Los líquidos claros no tienen muchas calorías ni nutrientes, por lo que no debe seguir una dieta de líquidos claros por más tiempo que el indicado por el proveedor de cuidados de la salud.

Mientras siga una dieta de líquidos claros:

- No coma ningún alimento sólido.
- Trate de tomar por lo menos un vaso (8 onzas) de líquido claro cada hora mientras esté despierto.
- Tome líquidos claros de distintos tipos. No tome solamente agua, café y té.
- No tome líquidos sin azúcar, a menos que tenga diabetes y que se lo indique un miembro del equipo de atención médica.

Es posible que el proveedor de cuidados de la salud le indique que evite alimentos y bebidas rojas, anaranjadas o violetas, entre ellas líquidos, gelatina y caramelos solubles. Si tiene preguntas, hable con el enfermero.

Para personas con diabetes

Si tiene diabetes, pregunte al proveedor de cuidados de la salud que se la controla lo que debe hacer mientras hace la dieta de líquidos claros.

- Si toma insulina u otros medicamentos para la diabetes, pregunte si tiene que modificar la dosis.
- Pregunte si debe tomar líquidos claros sin azúcar.

Mientras haga la dieta de líquidos claros, contrólese con frecuencia el nivel de azúcar en la sangre. Si tiene preguntas, hable con su proveedor de cuidados de la salud.

Ejemplos de líquidos claros

Dieta de líquidos claros		
	Tome	No tome
Sopas	<ul style="list-style-type: none">• Caldo o consomé	<ul style="list-style-type: none">• Cualquier producto con trozos de alimentos o condimentos secos
Dulces	<ul style="list-style-type: none">• Gelatina (como Jell-O®)• Hielo de sabores• Caramelos solubles (como Life Savers®)	<ul style="list-style-type: none">• Todos los demás
Bebidas	<ul style="list-style-type: none">• Jugos de frutas claros (como limonada, jugo de manzana, de arándano y de uva)• Refrescos (como ginger ale, 7-Up®, Sprite® y seltzer)• Bebidas deportivas (como Gatorade®)• Café negro• Té• Agua	<ul style="list-style-type: none">• Jugos con pulpa• Néctares• Leche o crema• Bebidas alcohólicas

Si le permiten tomar bebidas rojas, anaranjadas y violetas, también puede incluir las bebidas nutricionales Boost® Breeze, Ensure Clear™ y Diabetishield®.

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.

Clear Liquid Diet - Last updated on August 31, 2019

Todos los derechos son propiedad y se reservan a favor de Memorial Sloan Kettering Cancer Center