



ERICK H. ALAYO, M.D.

DIPLOMATE IN INTERNAL MEDICINE AND GASTROENTEROLOGY
GASTROINTESTINAL AND LIVER DISEASE • DIAGNOSTIC AND THERAPEUTIC ENDOSCOPY

www.gastrosb.com

353-A Church Avenue
Chula Vista, CA, 91910
(619) 585-8883
Fax (619) 585-0166

DIETA DE LIQUIDOS TRANSPARENTES

Esta dieta proporciona líquidos que dejan pocos residuos y se absorben fácilmente, con mínima actividad digestiva. No tiene suficientes nutrientes esenciales y se recomienda únicamente si existe la necesidad temporal de consumir solo líquidos transparentes. No se deben consumir líquidos de color rojo ni morado.

GRUPO DE ALIMENTOS	ALIMENTOS PERMITIDOS	ALIMENTOS PROHIBIDOS
Leche y bebidas	Te (descafeinado o normal),	Leche, bebidas lácteas
Nada de bebidas de color Rojo ni morado	Ninguno	Todos
Verduras	Ninguna	Todas
Frutas y jugos de fruta	Jugos de fruta sin pulpa: manzana, Uva blanca, limonada	Jugos de fruta con pulpa.
Cereales y almidones	Ninguno	Todos
Sopas	Caldo transparente, consomé	Todos los demás
Postres	Gelatina transparentes con sabor, Helados de agua (popsicles) Nada de sabores de color rojo ni Morado	Todos los demás
Grasas	Ninguna	Todas
Varios	Azúcar, miel, almibares, Caramelos duros transparentes, sal	Todos los demás

DESAYUNO

ALMUERZO

CENA

4oz. (115g) de jugo de uva blanca	4oz.(115g) de jugo de manzana	4oz(115g) de limonada
6oz. (170g) de caldo transparente	6oz.(170g) de caldo transparente	6oz(170g) de caldo transparente
Jell-O, gelatina sola	Jell-O, gelatina sola	Jell-O, gelatina sola
Te	Te	Te