



DIETA SIN RESIDUOS

Esta dieta se ha de iniciar 6 días antes del ingreso en el hospital, como preparación para la intervención.

CARACTERÍSTICAS

La dieta sin residuos consiste en hacer una alimentación pobre en fibra, grasas y lactosa.

INDICACIONES

La dieta ayuda a limpiar el colon (intestino grueso) con el fin de prepararlo para la intervención.

FORMA DE PREPARACIÓN

Hervidos, plancha, horno, vapor.

CONDIMENTACIÓN

Sal. Desaconsejadas las especias.

ALIMENTOS PERMITIDOS

Carnes: pollo, ternera, pavo, jamón dulce.

Pescado: pescado blanco.

Huevos. Mientras realice la preparación, es conveniente tomar 2 huevos enteros (en forma de tortilla, duro..) a la semana y 2 claras diarias, con el fin de hacer una dieta rica en proteínas.

Leche y derivados: leche desnatada, yogur desnatado, queso semicurado.

Farináceos: arroz, pasta, patata, pan tostado.

Vegetales: zanahoria hervida.

Frutas: manzana al horno o hervida, plátano maduro.

Azúcares y dulces: azúcar, miel, jalea, mermelada, membrillo.

Grasas: aceite de oliva y de semillas.

Bebidas: agua, infusiones, caldos, agua de arroz y de zanahoria, zumo de manzana, bebidas isotónicas (tipo Aquarius..)

ALIMENTOS PROHIBIDOS

Carnes: cerdo, cordero

Pescado: pescado azul

Leche y derivados: leche entera, queso fresco

Farináceos: pan integral

Azúcares y dulces: chocolate, pastelería

Vegetales: verduras y legumbres

Frutas: todas excepto las permitidas