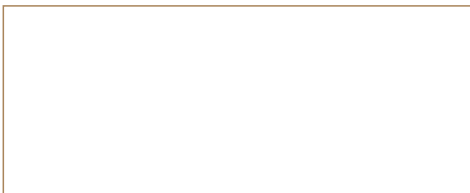


# CONSEJOS NUTRICIONALES



Todas las medidas que  
debe seguir para evitar  
alteraciones nutricionales

---



©Copyright Fundación GEDEFO

D.L.:B-9098-2009

con la colaboración de:

**AMGEN**<sup>®</sup>  
www.amgen.es

Nombre del paciente

## ¿POR QUÉ ES NECESARIA SU COLABORACIÓN?



Una alimentación adecuada permite que:

- Tolere mejor el tratamiento.
- Disminuyan los efectos secundarios de los medicamentos.
- Aparezcan menos infecciones.
- Mejore la eficacia de su tratamiento.

## ¿CÓMO PUEDE MEJORAR SU ALIMENTACIÓN DURANTE EL TRATAMIENTO?



- Procure que su dieta sea variada y rica en calorías. añada a los alimentos: aceite crudo, mahonesa, miel, mermelada.
- Coma alimentos ricos en proteínas: huevos, carne, pescado, legumbres, frutos secos, leche y derivados.
- Evite alimentos que produzcan gases como: alubias, garbanzos, coliflor.
- Beba líquidos de forma abundante, como mínimo dos litros diarios, entre las comidas.

## CONSEJOS:



- Ingiera los alimentos en pequeñas cantidades y de forma frecuente.
- Procure no tomar alimentos grasientos y fritos, pueden producir acidez o sensación de estar lleno cuando apenas ha comido.
- Evite la comida muy caliente o muy fría, picante o ácida.
- Condimente los alimentos con zumo de limón o de naranja, o especias no picantes para mejorar su sabor.
- Lávese los dientes y la boca después de cada comida.
- Trate de no acostarse recién comido.
- Controle y anote su peso para informar a su médico.

## ANTE CUALQUIER DUDA:

- Consulte con su médico o farmacéutico en el hospital, si usted o sus familiares desean más información.

