



HOSPITAL CENTRAL DE LA DEFENSA
"GOMEZ ULLA"
CENTRO SANITARIO DE VIDA Y ESPERANZA

**SIGUIENDO LAS RECOMENDACIONES
INTENTAREMOS RETRASAR LOS
EFECTOS SECUNDARIOS**

CONTACTO:



91 422 24 95

CONSULTAS EXTERNAS: PLANTA -1

DIRECCIÓN

Glorieta del Ejército nº1.

28047 Madrid



HOSPITAL CENTRAL DE LA DEFENSA
"GOMEZ ULLA"
CENTRO SANITARIO DE VIDA Y ESPERANZA

RECOMENDACIONES DIETÉTICAS

UNIDAD DE ENFERMERÍA



Oncología Radioterápica

Código 00531

RECOMENDACIONES DIETÉTICAS PARA PACIENTES SOMETIDOS A IRRADIACIÓN

ALIMENTOS	RECOMENDADOS	EVITAR (De Domingo a Viernes)
LÁCTEOS	Productos lácteos semidesnatados; yogures naturales	Queso graso/curados; yogur con fruta, cereales o frutos secos
VERDURAS Y HORTALIZAS	Todas a excepción de las que recomendamos a evitar.	Col, coliflor, coles de bruselas, repollo, alcahofas, nabos, espinacas, acelgas, lechuga, pepino y cebolla y pimiento crudos.
FRUTAS	Todas a excepción de las que recomendamos a evitar. Tomar la fruta pelada y madura.	Pasas, albaricoque, ciruela, frutos secos.
CARNES, PESCADOS Y HUEVOS	Carne de vaca, ternera, pollo, pavo, cordero, lechal. Pescado blanco y azul. Huevos	Productos de charcutería y vísceras
CEREALES Y LEGUMBRES	Pasta, arroz, pan blanco, biscottes.	Cereales integrales, legumbres (alubias, garbanzos, lentejas, guisantes...)

RECOMENDACIONES

- Evitar fritos, rebozados y picantes. Mejor en cocción, asado o al vapor.
- Comer despacio, masticando bien los alimentos.
- Ingerir poca cantidad de líquido en la comida.
- Evitar chicles y chupar caramelos.
- No fumar.
- Evitar bebidas gaseosas (cerveza, colas, refrescos...).
- Puede tomar todo tipo de frutas naturales.
- Realice ejercicio físico moderado como caminar, bicicleta...

*La Enfermera hará una revisión periódica presencial o telefónica durante el tratamiento, y además usted puede consultar sus dudas en cualquier momento personalmente por las mañanas, o a través del **Nº Teléfono 91 422 24 95**.*