

Nombre del paciente \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

RDN/NDTR \_\_\_\_\_

Correo electrónico \_\_\_\_\_ Teléfono \_\_\_\_\_

## Terapia nutricional de dieta de líquidos transparentes

Se le ha recetado la dieta de líquidos transparentes por uno de los siguientes motivos:

- Está a punto de someterse a un procedimiento quirúrgico o a un análisis médico
- Se está recuperando de un procedimiento quirúrgico
- Tiene náuseas vómitos o diarrea
- En estos momentos solo tolera consumir líquidos

La dieta líquida transparente incluye líquidos y alimentos que sean transparentes (que pueda ver a través de ellos). Esta dieta no proporciona nutrientes suficientes como para satisfacer las necesidades nutritivas de su cuerpo a largo plazo, por lo que no debe seguirla durante más de 1 día.

### Consejos

- No debe seguir esta dieta durante más de 24 horas.
- Su equipo médico le explicará cuándo puede retomar su dieta habitual.
- Esta dieta no incluye leche ni productos lácteos, porque no son transparentes (no se puede ver a través de ellos).

## Alimentos recomendados

La dieta líquida transparente admite alimentos que son, en la mayor parte, agua con sal o agua con azúcar.

Grupo alimentario	Alimentos recomendados
Frutas	Jugos de fruta transparentes, sin pulpa (manzana, arándano rojo, uva)
Otros	Gelatina saborizada Caldo de pollo, caldo de carne o caldo de verduras Paleta de helado Caramelo duro
Bebidas	Agua Lascas de hielo Refrescos Té Café Jugo

Puede agregar edulcorante al café o al té según lo desee. No obstante, si le recetaron esta dieta porque tiene vómitos o diarrea, evite los edulcorantes artificiales, porque existe el riesgo de que empeoren sus síntomas.

## Alimentos no recomendados

La dieta líquida transparente es estrictamente limitada, por lo que debe evitar todas las comidas o bebidas que no aparezcan en la lista de Alimentos recomendados.

## Ejemplo de plan de alimentación

Use este formulario para desarrollar un plan de alimentación personalizado.

<b>Comida</b>	<b>Menú</b>
Desayuno	
Almuerzo	
Cena	
Bocadillo	

**Notas:**

*Copyright Academy of Nutrition and Dietetics (Academia de Nutrición y Dietética). Se puede reproducir este manual con el fin de educar a los pacientes.*