

<p style="text-align: center;"><u>Dieta Baja en Residuos</u> <u>(3-5 días antes del procedimiento)</u></p> <p>Frutas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Plátanos, melón cantalupo, melón verde, sandía sin semillas • Frutas peladas y cocidas como puré de manzana, duraznos, chabacanos, peras y nectarinas • Jugos de frutas sin pulpa • Evitar frutas crudas con piel o semillas • Evitar bayas, frutas cítricas y frutas secas <p>Verduras:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verduras bien cocidas y peladas sin semillas ni piel: zanahorias, ejotes, papas peladas • Jugos de verduras colados sin pulpa • Evitar verduras crudas, con piel o semillas: brócoli, coliflor, coles de Bruselas, repollo <p>Proteínas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Huevos, mantequilla de maní suave • Cortes tiernos de carne como pollo, pavo, pescado, cerdo, cordero • Tofu y carnes cocidas suaves • Evitar frijoles, lentejas, nueces, semillas y carnes duras con cartílago <p>Lácteos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leche, queso, yogur sin frutas, semillas o nueces añadidas • Crema agria <p>Evitar alimentos altos en fibra (panes y cereales integrales, nueces, semillas)</p>	<p style="text-align: center;"><u>Dieta Blanda</u> <u>(Dos días antes del procedimiento)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Pan blanco • Aguacate • Sandía • Batidos • Arroz blanco, fideos y pasta • Papas cocidas sin piel • Yogur (vainilla, natural) • Plátanos maduros • Carnes magras y tiernas: pollo, pescado y cerdo • Tofu • Huevos • Quesos (como provolone, suizo, mozzarella) • Requesón • Gelatina, pudín y paletas heladas <p style="text-align: center;"><u>Dieta de Líquidos Claros</u> <u>(Un día antes del procedimiento)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Caldo claro, consomé o bouillon • Gelatina (como Jello) • Paletas heladas • Se pueden usar endulzantes como azúcar o miel • Jugos de frutas claros como arándano blanco, uva blanca, manzana • Refrescos como 7-Up, Sprite, ginger ale, agua mineral, Gatorade • Café negro (sin crema), té <p>¡Evitar alimentos y bebidas con colorantes ROJOS, MORADOS y AZULES!</p>
--	--