

ALIMENTOS QUE AYUDAN CON LOS EFECTOS SECUNDARIOS

TIPO	ALIMENTOS CON MUCHAS CALORÍAS Y PROTEÍNAS
SOPAS	Crema de lentejas, chícharo o frijoles
	Sopa de pasta con verduras
BEBIDAS	Atoles con leche de avena, amaranto o arroz
	Licuados de Leche y malteadas
	Leche entera
DULCES	Yogurt congelado
COMIDAS PRINCIPALES Y OTROS ALIMENTOS	Carne de res
	Queso
	Pollo
	Chícharos
	Frijoles
	Requesón
	Queso crema
	Cuernitos (medias lunas)
	Huevo
	Pescado
	Nueces o semillas
	Germen de trigo

TIPO	ALIMENTOS QUE NO IRRITAN LA BOCA
DULCES	Frutas (hechas puré)
	Gelatina casera
	Frutas suaves (plátano y puré de manzana)
	Yogurt
	Licuados de leche y malteadas

TIPO	ALIMENTOS CON MUCHA FIBRA
COMIDAS PRINCIPALES Y OTROS ALIMENTOS	Avena
	Salvado o cereales de grano integral
	Arroz integral o silvestre
	Chícharos
	Frijoles
	Pan integral
	Tortillas integrales
	Pastas Integrales
	Panecillos de salvado
	FRUTAS Y VEGETALES
Manzanas	
Uva	
Brócoli	
Maíz	
Ejotes	
Chícharos	
Espinacas	
Yuca	
Jícama	

TIPO	ALIMENTOS CON POCA FIBRA
COMIDAS PRINCIPALES Y OTROS ALIMENTOS	Pollo
	Pavo
	Cereales refinados cocidos
	Requesón
	Huevos
	Pescado
	Fideos
	Papas horneadas o en puré sin cáscara
	Arroz blanco
	Tortillas de harina
	Granola
	Nueces
	Palomitas de maíz
	Nueces y frutos secos
FRUTAS Y VEGETALES	Plátano
	Frutas enlatadas como duraznos, peras y puré de manzana
	Jugos claros de frutas
	Duraznos
	Peras
	Champiñones
	Pepinos
	Pastel blanco
	Gelatina
	Galletas saladas
	Helado
Yogurt sin cereales	

Fuente: National Cancer Institute No. 08-11365 August 2007, Fundación Fomento de Desarrollo Teresa de Jesús I.A.P.