

Qué comer para la GVHD2

La enfermedad de injerto contra huésped (GVHD) de los intestinos puede hacer que su hijo tenga náuseas, vómitos y diarrea. El médico puede pedirle a su hijo que siga una dieta blanda para darle a los intestinos tiempo para sanar. La lista que aparece a continuación contiene alimentos blandos que son fáciles de digerir.

Asimismo, seguir estas pautas puede ayudar a reducir el malestar de su hijo:

- Intente darle a su hijo comidas más pequeñas con mayor frecuencia. Evitar que el estómago y los intestinos estén demasiado llenos ayuda a que la comida se digiera mejor. Esto evita que los intestinos trabajen demasiado.
- Su hijo debería evitar beber líquidos con las comidas. Beber líquidos con las comidas a veces hace que el estómago se llene rápidamente. Es mejor guardar los líquidos para su consumo entre comidas.
- Si los síntomas de su hijo parecen empeorar o regresar luego de una mejoría, asegúrese de informar al médico de su hijo inmediatamente.

Bebidas sin gas

Agua embotellada
Cualquier bebida sin azúcar

Jugos diluidos al 50 % (1 taza)

Jugo de manzana
Jugo de arándano
Jugo de uva

Sopas (1 taza)

Caldo de pollo
Caldo de verduras
Caldo de carne
Sopa de arroz y pollo
Sopa de fideos y pollo
Fideos Ramen con 1/2 paq. de aderezo

Lácteos/no lácteos (1 taza)

Leche al 2 % sin lactosa
Leche de arroz
Leche de soja
Yogur (con menos de 7 g de azúcar por porción)

Proteínas (3 onzas)

Pechuga de pollo asada (sin piel)
Pavo asado
Huevo duro o huevo revuelto (sencillo o frito con aceite de cocina antiadherente en aerosol sin grasa)
Atún al agua
Jamón magro
Pescado suave asado (bacalao o tilapia)
Puede solicitar comida para bebé

Verduras (1/2 taza)

Ejotes bien cocidos
Zanahorias bien cocidas
Camote (sencillo)
Puede solicitar comida para bebé

Fruta (1/2 taza)

Media banana
Puré de manzana (sin azúcar agregado)
Fruta enlatada (sin azúcar agregado)

El propósito de este documento no es reemplazar el cuidado y la atención de su médico u otros servicios médicos profesionales. Nuestro objetivo es que usted desempeñe un papel activo en su cuidado y tratamiento; para este efecto, le proporcionamos información y educación. Consulte a su médico si tiene preguntas o dudas sobre su salud o sobre alternativas para un tratamiento específico.

Qué comer para la GVHD2

Refrigerios

Paletas con sabor a fruta (sin azúcar)
Jello® (sin azúcar)
Paletas heladas sin azúcar

Alimentos ricos en almidón (1/2 taza)

Puré de papas sencillo
Papas hervidas o asadas
Arroz hervido
Fideos sencillos
Cream of Wheat®
Cream of Rice®
Cocos de maíz
Cheerios®
Rice Krispies®

1/2 Sándwiches

Sándwich de ensalada de atún bajo en calorías en pan blanco
Sándwich de jamón bajo en calorías en pan blanco
Ensalada de huevo sencilla en pan blanco
Sándwich de pavo bajo en calorías en pan blanco

Panes

Pan blanco tostado (1 rebanada)
Bagel tostado (1/2)
Muffin inglés tostado (1/2)
Galletas saladas (2 galletas)
Panecillo blanco
Pretzels sencillos (1 oz)
Panqueque de suero de leche
Waffle Eggo® bajo en grasas

Complementos nutricionales (1 taza)

Si han sido recomendados por un nutricionista

Condimentos

Sal
Margarina (1 porción)
Mayonesa baja en calorías (1 cuchara)
Crema agria baja en calorías (1 cuchara)
Jalea sin azúcar (1 porción)
Jarabe sin azúcar (1 porción)
Paquete de limón

St. Jude Children's Research Hospital cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo.

ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-866-278-5833 (TTY: 1-901-595-1040).

ATTENTION: If you speak another language, assistance services, free of charge, are available to you. Call 1-866-278-5833 (TTY: 1-901-595-1040).

تنبيه: إذا كنت تتحدث باللغة العربية فيمكنك الاستعانة بخدمات المساعدة اللغوية المتوفرة لك مجاناً. يرجى الاتصال بالرقم 1-866-278-5833 (الهاتف النصي: 1-901-595-1040).

El propósito de este documento no es remplazar el cuidado y la atención de su médico u otros servicios médicos profesionales. Nuestro objetivo es que usted desempeñe un papel activo en su cuidado y tratamiento; para este efecto, le proporcionamos información y educación. Consulte a su médico si tiene preguntas o dudas sobre su salud o sobre alternativas para un tratamiento específico.