

# ALIMENTOS PARA MANEJAR LA DIARREA

<input type="checkbox"/>  <b>Carbohidratos con poca fibra</b>	<input type="checkbox"/>  <b>Huevos</b>	<input type="checkbox"/>  <b>Proteína magra</b>
<input type="checkbox"/>  <b>Sopa a base de caldo</b>	<input type="checkbox"/>  <b>Avena</b>	<input type="checkbox"/>  <b>Puré de manzana</b>
<input type="checkbox"/>  <b>Yogur</b>	<input type="checkbox"/>  <b>Bebidas sin cafeína</b>	<input type="checkbox"/>  <b>Bananas</b>
<input type="checkbox"/>  <b>Frutas sin cáscara</b>	<input type="checkbox"/>  <b>Patatas peladas</b>	<input type="checkbox"/>  <b>Vegetales blandos/ bien cocidos</b>

Coma de 6 a 8 **COMIDAS PEQUEÑAS** o refrigerios al día.

Escoja **ALIMENTOS SOSOS Y BAJOS EN GRASA** en vez de picantes.

Manténgase bien **HIDRATADO** bebiendo al menos 8-10 tazas de líquidos al día.

Beba más **LÍQUIDO** después de cada deposición blanda.

## LLAME AL MÉDICO

de inmediato si tiene diarrea más de 24 horas, dolor, calambres o heces con sangre.

### Agradecimiento

La Sociedad de Lucha contra la Leucemia y el Linfoma agradece la revisión de la versión en inglés de este material realizada por: Isabella Ferrari MCN, RD, CSO, LD

La misión de la Sociedad de Lucha contra la Leucemia y el Linfoma (LLS, por sus siglas en inglés) es curar la leucemia, el linfoma, la enfermedad de Hodgkin y el mieloma, y mejorar la calidad de vida de los pacientes y sus familias. Para obtener más información, visite [www.LLS.org/espanol](http://www.LLS.org/espanol).