



RECOMENDACIONES NUTRICIONALES

Elaboración:

Irene Trejus. Nutricionista y dietista. Clínica del Country
Mayo de 2015

Revisión:

Diego Carrero. Médico auditor de calidad. Clínica del Country
Mayo de 2015

Aprobación:

Comité de historias clínicas. Clínica del Country
Junio de 2015

Dieta para manejo de la enfermedad diverticular del colon

- Evite el consumo de frutas y verduras crudas.
- Evite jugos ácidos y sin colar.
- Limite el consumo de salsas, margarina, mantequilla, crema de leche, lácteos y sus derivados, Alimentos fritos y grasa en general.
- Evite el consumo de cereales integrales y productos de panadería y pastelería.
- Evite el consumo de alimentos productores de gas: Brócoli, Coliflor, Repollo, Apio, Repollitas de Bruselas, cebolla cabezona cruda, cebollitas encurtidas, Pimentón, maíz, Leguminosas como Frijol, Lenteja, Garbanzo, Soya , Melón, Patilla.
- No consuma ciruelas, nueces, semillas y vegetales fibrosos.
- Consuma sus alimentos bajos en grasa.
- Incluya gradualmente la fibra en su alimentación, una vez la inflamación haya cedido.

Continúe estas recomendaciones hasta que su médico indique.