

DIETA ASTRINGENTE

NORMAS GENERALES

- Evitar la fibra vegetal
- Realizar de 5 a 6 comidas al día, en raciones pequeñas
- Eliminar de la dieta los guisos, fritos, embutidos y alimentos muy salados
- Limitar el consumo de grasas
- Evitar tomar café y zumo de naranja

PROGRESIÓN DE LA DIETA ASTRINGENTE

MUY RIGUROSA	RIGUROSA	MODERADA
Agua de arroz o de arroz con zanahoria Agua , preferible con sales minerales y azúcar Té flojo, con poco azúcar, (125cc) cada 2-4 horas	Arroz hervido o sémola de arroz Si se tolera bien añadir; pollo o pescado hervido	Añadir: Yogur Pan tostado Patata hervida Jamón de York Manzana hervida Pera hervida Zanahoria hervida Membrillo

CUANDO SE TOLERE BIEN, AÑADIR DE FORMA PROGRESIVA:

- ✓ Bistec de ternera, pollo, pescado blanco a la plancha, plátano, peras de agua
- ✓ Más adelante, introducir puré de verdura e ir pasando a la dieta habitual
- ✓ No tomar leche ni derivados hasta encontrarse completamente bien

SOLUCIÓN RE-HIDRATANTE

Agua potable (litro) + azúcar (20 gr.) + zumo de limón + sal (un pellizco).