

Dieta de Líquidos Transparentes

Esta dieta proporciona líquidos que dejan pocos residuos y se absorben fácilmente, con mínima actividad digestiva. No tiene suficientes nutrientes esenciales y se recomienda únicamente si existe la necesidad temporal de consumir solo líquidos transparentes. No se deben consumir líquidos de color rojo ni morado!

Grupo de alimentos	Alimentos permitidos	Alimentos prohibidos
Leche y bebidas Nada de bebidas de color rojo ni morado!	Te (descafeinado o normal), bebidas gaseosas, bebidas con sabor a frutas	Leche, bebidas lácteas
Carnes y sustitutos de carne	Ninguno	Todos
Verduras	Ninguna	Todas
Frutas y jugos de fruta	Jugos de fruta sin pulpa: manzana, uva blanca, limonada	Jugos de fruta con pulpa
Cereales y almidones	Ninguno	Todos
Sopas	Caldo transparente, consome	Todos los demás
Postres	Gelatinas transparentes con sabor, helados de agua ("popsicles") (nada de sabores de color rojo ni morado)	Todos los demás
Grasas	Ninguna	Todas
Varios	Azúcar, miel, almibares, caramelos duros transparentes, sal	Todos los demás

Desayuno	Almuerzo	Cena
4 oz. (115 g) de jugo de uva blanca	4 oz. (115 g) de jugo de manzana	4 oz. (115 g) de limonada
6 oz. (170 g) de caldo transparente	6 oz. (170 g) de caldo transparente	6 oz. (170 g) de caldo transparente
Jell-O * gelatina	Jell-O * gelatina	Jell-O * gelatina
Te	Te	Te

* Sola, sin frutas ni agregados