

**SI PRESENTA DIFICULTAD O
DOLOR AL TRAGAR, SEQUEDAD
Y/O DOLOR EN ENCÍAS, DIENTES
Y GARGANTA**

**CONSULTA DE ENFERMERÍA
SERVICIO DE HEMATOLOGÍA**

***Esta guía ha sido elaborada por el personal de Enfermería
del Servicio de Hematología***

Hospital Universitario “12 de Octubre”

Teléfonos de contacto:

- ✓ **Consulta de Enfermería: 917792326**
- ✓ **Consulta de Enfermería pretransplante: 917792301**
- ✓ **Hospital de Día: 917792327**
- ✓ **Planta Hematología: 913908047**



**CENTRO DE ACTIVIDADES AMBULATORIAS
PLANTA 3ª / BLOQUE D**

SI

- ➔ Realice comidas pequeñas pero frecuentes (de 6 a 10 veces al día).
- ➔ Tome los alimentos a temperatura ambiente.
- ➔ Mastique bien y coma despacio.
- ➔ **Beba agua abundante.** Si tiene poca saliva, beba un poco de agua con cada bocado de comida.
- ➔ Fuera de las comidas, **mastique chicle o caramelos dulces**, para aumentar la saliva.
- ➔ **Tome alimentos que requieran poca masticación y se traguen fácilmente:** alimentos blandos, suaves, preferiblemente cocidos, troceados o en purés.
- ➔ Mantenga una buena higiene bucal, utilice un cepillo de dientes blando y enjuagues con colutorio que NO contenga ALCOHOL (también puede usarse para enjuagues agua con manzanilla o con bicarbonato).



NO

- ➔ **No tome alimentos ácidos, picantes, secos, muy calientes o muy fríos.**
- ➔ **No tome alimentos duros o ásperos, ni fritos, a la plancha o al horno** (porque se quedan secos y cuesta más masticarlos).
- ➔ No tome alimentos con piel.

Si a pesar de estas recomendaciones no es capaz de comer más que alimentos en puré: Siga el siguiente esquema dietético:

Desayuno-Merienda y antes de dormir:

- Batido de leche o yogur con frutas no ácidas (plátano, manzana, pera, melocotón en almíbar), o papilla de cereales con leche
- Gelatinas comerciales de sabores no ácidos



Comida y Cena:

- Sopa de arroz o de pasta o puré de patata con zanahoria o con leche y mantequilla.
- Puré de verduras con pollo triturado, pescado, ternera o huevo.
- Postre lácteo (natillas, flan, helado sin tomarlo muy frío, batidos de leche), puré de frutas no ácidas o gelatinas comerciales.

***Si le cuesta tragar líquidos:** espéselos con galletas, copos de patata, pan o espesantes y gelatinas comerciales

Consulte con su médico / enfermera:

- ❖ **Si no puede tomar los purés, con carne, pescado o huevos;** ya que necesitará un complemento proteico.
- ❖ **Si sólo es capaz de comer escasas cantidades de alimentos o solo un tipo o dos,** ya que necesitará un suplemento calórico.
- ❖ **Si a pesar de todo pierde peso.**