

# Dieta de Progresión Nivel 1

## para Pacientes con Enfermedad de Injerto contra Huésped

### Programa de Trasplante de Sangre y Médula Ósea de Utah

Su médico recomienda que siga una dieta especial llamada dieta de progresión porque después de su trasplante de células madre, usted ha desarrollado la enfermedad de injerto contra huésped (EICH, o GVHD por sus siglas en inglés). En esta dieta, consumirá pequeñas cantidades de alimentos de digestión fácil hasta que pueda digerir alimentos más complejos. El tiempo que deberá hacer esta dieta depende de cuán enfermo esté de GVHD.

Los alimentos claros y líquidos siempre están permitidos. Luego de que pueda tener una dieta de líquidos claros sin que tenga retortijones, puede comenzar con esta dieta.

#### Nivel de Progresión 1-A

- Introduzca nuevos alimentos de la siguiente lista y de la página 2, en las cantidades mostradas y en cualquier orden que prefiera.
- Pruebe solo un alimento a la vez.
- Espere al menos tres horas después de probar cada alimento nuevo.
- Continúe comiendo alimentos que no le produzcan retortijones.
- Progresivamente, aumente la cantidad de cada alimento que come.

Alimento	Fecha y Hora en que probó el alimento	Notas
½ taza de puré de manzana		
½ bagel blanco sin aderezos		
½ banana		
1 pan, bollo para cenar		
½ pan, muffin simple o tostado, sin ningún aderezo		
1 rebanada de pan fermentado simple o tostado, sin ningún aderezo		
1 rebanada de pan blanco o tostado, sin ningún aderezo		
½ taza de caldo de res		
½ taza de caldo de pollo		
½ taza de caldo de verdura		

<b>Alimento</b>	<b>Fecha y Hora en que probó el alimento</b>	<b>Notas</b>
1 taza de cereales Cheerios simple		
1 taza de cereales Corn Flakes simple		
2 cuadraditos de galleta Graham		
2 galletas dulces o saladas sin agregar ningún aderezo		
½ taza de crema de trigo simple		
½ taza de gelatina de cualquier sabor		
½ taza de helado italiano de cualquier sabor		
½ taza de pasta de cualquier tipo sin condimentos		
½ taza de duraznos de lata		
1 paleta de hielo		
½ taza de papa, en puré u horneada		
½ taza de arroz blanco		
1 taza de Rice Krispies simple		
1 taza de leche de soja		
1 taza de Special K sin condimentos		