

Ejemplos de alimentos apropiados para ingerir el día previo al procedimiento 1-1⁴

Tipo de alimento	 Comer/Beber	 Evitar
 <p>Granos</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Panes y otros productos de panadería hechos con harina blanca refinada • Cereales fríos hechos con harina refinadas, como copos de maíz y cereal de arroz tostado • Arroz blanco, fideos, pasta refinada 	<ul style="list-style-type: none"> • Panes integrales y productos horneados • Cereales integrales, como copos de salvado • Arroz integral, pasta integral y otros productos integrales
 <p>Fruta</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Jugos de fruta sin pulpa, excepto jugo de ciruela • Frutas blandas, como bananas y melones • Frutas enlatadas o bien cocidas 	<ul style="list-style-type: none"> • Jugos con pulpa o semilla, jugo de ciruela • Bayas, frutas secas • Coco, palomitas de maíz
 <p>Vegetales</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Jugos de vegetales sin pulpa • Papas sin cáscara • Vegetales enlatados o bien cocidos 	<ul style="list-style-type: none"> • Jugos con pulpa o semillas • Cáscaras de papa
 <p>Carne y otras proteínas</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Huevos, pollo, pescado o carnieta bien cocida 	<ul style="list-style-type: none"> • Carne dura, carne con cartílago • Frijoles, chícharos, legumbres, nueces
 <p>Productos lácteos</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Quesos suaves y blandos • Yogur natural 	<ul style="list-style-type: none"> • Leche o crema • Todos los productos lácteos, si es intolerante a la lactosa • Quesos fuertes • Yogur o queso que contenga nueces, bayas o fruta fresca
 <p>Aceites</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Manteca, margarina y aceites vegetales 	<ul style="list-style-type: none"> • Frituras

Referencias: **1.** Atlantic Coast Gastroenterology Associates, "Low fiber/low residue diet", sitio web de Atlantic Coast Gastroenterology Associates: <http://www.atlanticcoastgastro.com/low-fiber-low-residue-diet.html>. Consultado el 5 de marzo de 2019. **2.** WebMD, "¿Debería intentar seguir una dieta baja en residuos?", sitio web WebMD: <https://www.webmd.com/ibd-crohns-disease/low-residue-diet-foods#1-2>. Revisado el 9 de octubre de 2018. Consultado el 5 de marzo de 2019. **3.** Great Western Hospitals, Low Residue Diet: <https://www.yumpu.com/en/document/read/22128541/low-residue-diet-the-great-western-hospital>. Revisado en mayo de 2014. Consultado el 5 de marzo de 2019. **4.** Medline Plus, Low fiber diet: <https://medlineplus.gov/ency/patientinstructions/000200.htm>. Actualizado y revisado el 14 de julio de 2018. Consultado el 5 de marzo de 2019.