

Información sobre la dieta líquida completa

- En la dieta líquida completa, se incluyen los alimentos permitidos en la dieta de líquidos claros, además de la introducción de leche y cantidades reducidas de fibra.
- La dieta líquida completa tiene la cantidad adecuada de energía, proteínas y grasas, pero puede ser deficiente en vitaminas, minerales y fibra.
- Los pacientes pueden necesitar la dieta líquida completa debido a dificultades para tragar o masticar, dolor en la boca o garganta, o como parte de la preparación previa o posterior a una cirugía/un procedimiento.
- Se sugiere emplear esta dieta a corto plazo como paso de transición entre las dietas de líquidos claros y dietas blandas. Como es deficiente en vitaminas y minerales, no se recomienda emplearla a largo plazo.

Grupo de alimentos	Alimentos recomendados	Alimentos NO recomendados
Bebidas	<ul style="list-style-type: none"> • Agua, hielo, refrescos, té, café y suplementos o batidos nutricionales 	<ul style="list-style-type: none"> • Todos los demás
Cereales	<ul style="list-style-type: none"> • Cereales calientes finos, como la crema de trigo o la crema de arroz fina 	<ul style="list-style-type: none"> • Cereales integrales, pasta, arroz, cereales fríos, pan y dulces a base de harina, como pasteles y galletas dulces
Lácteos	<ul style="list-style-type: none"> • Leche, leche de soja, leche de almendras, leche de arroz, leche de coco y leche de anacardo • Batidos con leche • Yogur • Natilla • Pudín 	<ul style="list-style-type: none"> • Queso duro • Yogur con trozos de fruta
Frutas y verduras	<ul style="list-style-type: none"> • Jugos de verduras • Sopas de verduras finas y en puré • Jugos transparentes sin pulpa 	<ul style="list-style-type: none"> • Verduras y frutas enteras, congeladas, frescas y enlatadas
Aceites	<ul style="list-style-type: none"> • Almendra, aguacate, canola, anacardo, maíz, semilla de uva, oliva, cártamo, sésamo, soja y girasol • Mantequilla • Margarina sin grasas trans 	<ul style="list-style-type: none"> • Aceite de coco, palma y cerdo
Otro	<ul style="list-style-type: none"> • Gelatina saborizada • Sopas de crema coladas • Caldos de pollo, carne de res o verduras • Paletas de helado 	<ul style="list-style-type: none"> • No consuma alimentos sólidos. • No consuma alimentos sólidos en líquidos, como sopa con trozos de pasta, carne o verduras, o yogur con trozos de fruta.

Menú de ejemplo para la dieta líquida completa

Desayuno

- Jugo de naranja (sin pulpa)
- Crema de trigo
- Leche descremada

- Yogur descremado
- Café o té

Almuerzo

- Jugo de manzana
- Sopa de tomate
- Pudín de chocolate
- Batido de chocolate rico en proteínas
- Té

Cena

- Jugo de uva
- Leche descremada
- Batido de vainilla rico en proteínas
- Sopa de crema de brócoli colada y batida
- Natilla

Bocadillo

- Batido de fresa rico en proteínas (sin semillas)