



Plan alimentario de emergencia

Si usted no puede recibir su tratamiento de diálisis debido a una emergencia, siga este plan de alimentación diario hasta que pueda volver a recibir el tratamiento.

Desayuno:

- 1 caja de cereal individual
- ½ taza de un sustituto de la leche o
¼ de taza de leche evaporada (mezcle
¼ de taza de leche evaporada con
¼ de taza de agua)
- 1 sobrecito de azúcar*
- ½ taza de fruta (fresca o enlatada, escurrida)

Refrigerio de media mañana:

- 5 obleas de vainilla o 1 ½ cuadrados de galletas graham
- 10 caramelos (caramelos ácidos o Jelly Beans)*

Almuerzo:

- 2 rebanadas de pan
- 2 cucharadas de mantequilla de maní o 1 huevo
- 2 cucharadas de jalea o de miel*
- ½ taza de fruta (fresca o enlatada, escurrida)
- ½ taza de agua

Refrigerio de mediodía:

- 10 malvaviscos*
- ½ taza de fruta (fresca o enlatada, escurrida)

Cena:

- 2 rebanadas de pan
- 2 onzas de carne o pescado con bajo contenido de sal (cocido o enlatado)
- 2 sobres individuales de mayonesa
- ½ taza de vegetales con bajo contenido de sal (frescos o enlatados, escurridos)
- ½ taza de agua

Consejos rápidos para la planificación de la comida de emergencia



Permítase ¼ de taza de agua por día para tomar sus pastillas.



¿Cortes de energía eléctrica? Una vez que abra una lata o frasco, utilícelo en el lapso de las 4 horas.

* Si tiene diabetes, hable con su médico o su dietista acerca del consumo de dulces, tales como caramelos, en una emergencia.



EN CASO DE EMERGENCIA

Puede llamar a la línea telefónica directa de atención al paciente en casos de emergencia al 1-800-626-1297 para obtener ayuda para continuar su tratamiento de diálisis durante una situación de emergencia.