



PROTOCOLO DE PREPARACIÓN INTESTINAL PARA LAS LITOTRICIAS

DIETA SIN RESIDUOS 2 DÍAS ANTES DE LA PRUEBA:

La dieta sin residuos consiste en hacer una alimentación pobre en fibra, grasas, lactosa y productos flatulentos.

FORMA DE PREPARACIÓN ALIMENTOS:

Hervidos, plancha, horno, vapor.

CONDIMENTACIÓN:

Sal. Desaconsejadas las especias.

ALIMENTOS NO PERMITIDOS:

- **Vegetales** (ensaladas y verduras)
- **Legumbres**
- **Leche y derivados** (leche entera, quesos frescos o blandos)
- **Carne con mucha grasa** (cerdo, cordero)
- **Pescado azul**
- **Huevo**
- **Charcutería** (excepto jamón dulce y pavo)
- **Frutos secos**
- **Pan integral**
- **Repostería/Chocolate** (excepto galletas “María”)
- **Bebidas con gas / Bebidas alcohólicas**
- **Frutas** (todas excepto las permitidas)
- **Grasas, aceites y salsas**

ALIMENTOS PERMITIDOS:

- **Carnes:** Pollo, ternera, pavo, jamón dulce
- **Pescado:** Pescado blanco
- **Leche y derivados:** leche desnatada, yogur desnatado.
- **Farináceos:** arroz, pasta, patata sin piel, pan tostado
- **Vegetales:** zanahoria hervida.
- **Frutas:** manzana al horno o hervida, plátano maduro
- **Azúcares y dulces:** azúcar, miel y membrillo
- **Grasas:** aceite de oliva.
- **Bebidas:** agua, infusiones, caldos, agua de arroz y de zanahoria, zumo de manzana.

RECORDATORIO:

- **Aero Red:** 2 comprimidos masticados después de la última comida que realice antes de la litotricia.
- **Enema Casen 250 cc:** 1 hora después de la última comida que realice antes de la litotricia.