



A usted le han programado un procedimiento para el cual deberá llevar una dieta de líquidos claros. A menudo, esta dieta se usa antes de realizar pruebas, procedimientos o cirugías donde no deben aparecer alimentos en el estómago o los intestinos, como antes de las endoscopías. Una dieta de líquidos claros ayuda a mantener una hidratación adecuada, proporciona algunos electrolitos (minerales) importantes, como sodio y potasio, y proporciona algo de energía en un momento en que no es posible o no se recomienda una dieta completa.

### ¿Qué es un líquido claro o transparente?

- Un líquido se considera claro si puede ver y leer a través de él.
- Incluye solo líquidos sin pulpa, sin trozos de comida ni otros residuos.
- **Las bebidas alcohólicas NO se consideran parte de una dieta de líquidos claros.**

### ¿Puede leer el periódico a través del líquido?



Esto es jugo de manzana. Este jugo se considera un líquido claro porque se puede leer el periódico a través de él.

**PUEDE BEBERLO**



Esto es jugo de naranja. Este jugo no se considera un líquido claro porque no se puede leer el periódico a través de él.

**NO PUEDE BEBERLO**



### Estas bebidas PUEDE tomarlas



Gaseosas o sodas, *Ginger Ale*, y agua carbonatada (*club soda*)



Agua o agua mineral



Café negro  
(sin crema ni leche)



Bebidas deportivas



Jugo de manzana



Té

### Estas bebidas NO PUEDE tomarlas



**NO**  
Batidos o licuados



**NO**  
Café con crema



**NO**  
Jugo de piña



**NO**  
Jugo de naranja



**NO**  
Leche o bebidas lácteas



# INSTRUCCIONES PARA LA DIETA DE LÍQUIDOS CLAROS

## DIETA LÍQUIDA INSTRUCCIONES PASO A PASO

### Otros ejemplos de alimentos y bebidas permitidos

- Miel de abeja o azúcar
- Caldo (*broth*) de pollo, res, o vegetales
- Gelatina (amarilla o verde)

**\*Es importante que mientras esté en la dieta líquida no beba ni coma nada que sea de color rojo o morado**

### Estos alimentos están permitidos



Caldo claro (*broth*)



Miel de abeja



Paletas



Gelatina (NO de color rojo o morado)

### Otros ejemplos de alimentos y bebidas NO permitidos

- Sopa
- Jugo de toronja (*grapefruit*)
- Jugo de tomate

### Estos alimentos NO están permitidos



**NO**

Panes, granos,  
arroz o cereales



**NO**

Sopas con verduras o  
trozos de comida



**NO**

Carne



**NO**

Lácteos



**NO**

Vegetales



**NO**

Frutas