



**Comida para los niños que reciben tratamientos
para el cáncer**
Food for Children Getting Cancer Treatments

Procedure/Treatment/Home Care
If you would like the English version of this handout,
please ask your nurse or doctor.

Número 870/229s

Nombre del niño: _____ Fecha: _____

Comida para los niños que reciben tratamientos para el cáncer

Los niños necesitan más calorías que los adultos porque los niños están creciendo. Los niños que reciben quimioterapia o radiación pueden tener dificultad para comer lo suficiente para estar fuertes y sanos.

Equilibrio

Cada comida tiene nutrientes distintos. Los niños necesitan proteínas, vitaminas, minerales y energía de los carbohidratos todos los días. Su niño debe comer diariamente comidas de cada uno de estos grupos todos los días:

- panes, cereales, arroz, pasta
- fruta
- vegetales
- pescado, carne, y productos lácteos
- grasas, aceites y azúcares

Si a su niño le cuesta comer lo suficiente

Los efectos secundarios de los tratamientos para el cáncer pueden hacer difícil que el niño coma lo suficiente. Tal vez el niño no quiera comer (mal apetito), se sienta mal del estómago (náusea o vómitos), tenga diarrea o llagas en la boca. Tal vez el niño

pierda peso. A lo mejor estos consejos le pueden ayudar:

- Si le da vitaminas, hierbas o suplementos al niño, dígaselo al doctor del niño o al nutricionista. Ciertas vitaminas, hierbas o suplementos pueden ser peligrosos si se toman cuando uno está recibiendo la terapia de radiación o quimioterapia.

- Antes de darle vitaminas, hierbas o suplementos a su niño, dígaselo al doctor o nutricionista de su niño.

- Pregúntele al doctor de su niño si necesita tomar un suplemento de vitaminas o minerales.

- Si su niño se siente mal del estómago

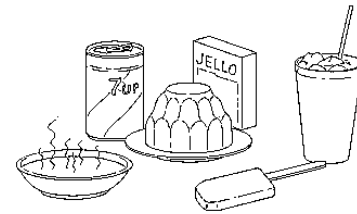
- Déle a su niño traguitos de líquidos claros. Los líquidos claros incluyen el agua, jugo de manzana, caldo, y ginger ale (soda de jengibre).

- Déle a su niño pequeñas cantidades de líquidos una hora antes o después de cada comida.

- Déle a su niño pan tostado, galletitas saladas u otras comidas secas.

- Déle a su niño comidas suaves como el plátano, arroz, puré de manzana, pudín espeso o común, gelatina o huevos.

- Dígale al niño que descanse después de comer, manteniendo más alta la cabeza que el estómago.



Déle al niño líquidos claros.

- Cuando el niño se sienta mal del estómago, no le dé comida que sea dulce, grasosa o picante.

- Si el niño tiene fiebre, déle líquidos, como paletas de hielo, jugo, gelatina y ginger ale.

- Si el niño tiene diarrea

- Déle líquidos claros, como agua, caldo, ginger ale, jugo Pedialyte o gelatina. Mucho jugo puede darle diarrea.

- Déle comidas como plátanos, arroz, puré de manzana o pan tostado.

- **Si su niño tiene llagas en la boca**

- Dígaselo al enfermero o doctor del niño. Tal vez le den medicina para tratar las llagas.
- Déle comidas que estén frías o a temperatura ambiente.
- No le dé a su niño comidas que puedan lastimarle la boca con llagas como la naranja, toronja (pomelo), piña, tomate o la comida picante.

- **Si el niño no quiere comer:**

- Déle una merienda o comidas pequeñas cada dos o tres horas.
- Déle comidas que tengan mucha proteína y calorías.
- Agregue salsa o aderezo a la carne, pescado, pollo, vegetales, papas, arroz y fideos.
- Use miel o mantequilla de cacahuete en el pan tostado y el cereal.
- Agregue un poco de leche en polvo a las comidas como el puré de papa, sopas cremosas, salsas cremosas, salsas de carne (gravy), pudines, pudines espesos, batidos o licuados de leche, huevos revueltos, barra de carne, caserolas y cereales calientes.
- Cocine con leche entera, media crema (tipo half-and-half), crema entera, margarina, queso crema, crema agria, queso y mayonesa.
- Agregue crema dulce o chantillí a los postres.
- Déle bebidas al niño que tengan muchas calorías y nutrientes, como licuados de leche, licuados de fruta, o bebidas especiales como Pediasure, Boost o Carnation Instant Breakfast.
- haga cita para hablar con el nutricionista en el Centro de Cáncer.

Algunas recetas para probar:

Leche alta en proteína

- Agregue 4 cucharadas de leche en polvo descremada a 1 taza de leche entera
- o
- Agregue 1 taza de leche en polvo descremada a un cuarto de leche entera

Mézclela bien. Guárdela en el refrigerador por unas horas antes de beber.
(8 onzas tienen 200 calorías y 14 gramos de proteína)

Crema de naranja helada

1 taza y media de sorbet de naranja
1/2 taza de leche entera
4 cucharadas de leche en polvo descremada
Agregue naranjas, plátanos o cualquier fruta.

Lícuelo hasta que esté suave.
(530 calorías y 13 gramos de proteína)

Licudo de leche

1 taza y media de helado
4 cucharadas de leche en polvo descremada
1/2 taza de leche entera
Agregue moras congeladas o fruta congelada.

Lícuelo hasta que esté suave.
(535 Calorías y 17 gramos de proteína)

Licudo de plátano y fresa

1 plátano
1 taza de leche entera
1/2 taza de fresas endulzadas y congeladas
1 taza de helado

Lícuelo hasta que esté suave.
(640 Calorías y 15 gramos de proteína)

Cuide la comida para que no se contamine con microbios

Los niños que reciben quimioterapia o radiación pueden estar a riesgo de contraer infecciones. La comida que está pasada de fecha, que se ha echado a perder, o que tiene microbios puede enfermar a su niño.

Éstas son algunas formas de cuidar la comida:

- Mantenga limpios los utensilios de cocina, la tablas de cortar y los mostradores.
- Use cuchillos y tablas de cortar diferentes para cortar la comida cruda y cocida.
- Lave toda la fruta y vegetales bajo agua fría corriente por 2 minutos.
- Descongele la carne en el refrigerador, no a la temperatura ambiental.
- Cocine la carne, pescado y huevos completamente. La carne no debe estar de color rosado. Los huevos no deben estar aguados.
- Mantenga caliente la comida caliente. Mantenga fría la comida fría.
- Sólo use leche y queso pasteurizados.
- No coma la comida con moho.
- Refrigere la comida que sobra inmediatamente después de comer.
- Mantenga los huevos, pescado, leche y productos lácteos en el refrigerador. No se deben dejar a temperatura ambiente por más de dos horas.

Ahora que ha leído esto:

- Dígale al dietista, enfermero o doctor lo que usted va a hacer si le cuesta a su niño comer lo suficiente. (Marque el cuadrado cuando lo haya hecho)
- Dígale al dietista, enfermero o doctor lo que usted va a hacer para mantener la comida segura (Marque el cuadrado cuando lo haya hecho).



Si tiene alguna pregunta o inquietud,

- Llame al doctor de su niño o
- Llame al _____

Si usted desea saber más acerca de la salud o enfermedad de su niño, visite nuestra biblioteca en The Emily Center en el Phoenix Children's Hospital
1919 East Thomas Road
Phoenix, AZ 85016-7710
602-546-1400
www.phoenixchildrenshospital.com

Negación

La información provista en este sitio tiene la intención de ser información general, y se proporciona solamente para los propósitos educativos. No tiene la intención de tomar el lugar del examen, tratamiento, o consulta con un médico. Phoenix Children's Hospital le pide que se comunique con su médico si tiene alguna pregunta sobre una condición médica.

Thursday, January 4, 2007 • BORRADOR para revisión familiar
Número 870/229s • Escrito por Megan Hart, RD • Ilustrado por Dennis Swain
Traducido al español por Jorge Pérez, Rosana Sartirana, y Bárbara Rayes
Development of this handout has been supported by funding from Phoenix Rotary 100.
La producción de esta información ha sido posible gracias
a la colaboración financiera de Phoenix Rotary 100.



The Emily Center

Comida para los niños que reciben tratamientos para el cáncer Food for Children Getting Cancer Treatments

Procedure/Treatment/Home Care
If you would like the English version of this handout,
please ask your nurse or doctor.

Name of Health Care Provider: _____ Number: 870/229s

For office use: Date returned: _____ db nb

Revisión Familiar de la Información

Proveedores de cuidado de salud: Por favor usen esta información cuando le enseñan a las familias.

Familias: Por favor díganos su opinión sobre esta información.

¿Es difícil leer esta información? Sí No

¿Es fácil leerla? Sí No
Por favor marque con un círculo las partes
de la información que eran difíciles de entender.

¿Es interesante leer esta información?
¿Por qué? o ¿Por qué no? Sí No

Después de haber leído esta información,
¿Haría usted algo de manera diferente? Sí No

Si su respuesta es sí, ¿Qué haría de manera diferente?

Después de haber leído esta información,
¿Tiene alguna pregunta sobre este tema?
Si su respuesta es que sí, ¿Qué pregunta tiene?

Sí No

¿Hay algo que no le gusta acerca de los dibujos?
Si su respuesta es que sí, ¿Qué?

Sí No

Para que esta información sea mejor o más fácil de entender,
¿Cómo la cambiaría?

Por favor devuelva su revisión de esta información a su enfermero o doctor o envíela a la siguiente dirección.

¡Gracias por ayudarnos!

Por favor envíe sus comentarios a:

Nurse: Please send your response to:

Fran London, MS, RN
Health Education Specialist
The Emily Center
Phoenix Children's Hospital
1919 East Thomas Road
Phoenix, AZ 85016

602-546-1395

flondon@phoenixchildrens.com