

# Lista de Control: Comiendo Sanamente Durante el Tratamiento

Durante el tratamiento para el cáncer, quizás no tengas ganas de comer, o se te dificulte comer. Tal vez debes comer alimentos diferentes.

Tu equipo médico te dirá lo que va a suceder. Esta lista te ayudará con el cambio de alimentación.

**Debes:** Comer más calorías y proteína adicional si es necesario. Te ayudará a mantener la fuerza.

**Debes:** Beber muchos líquidos para mantenerte hidratado. Bebe de 8 a 12 vasos al día, como lo indique tu médico.

**Debes:** Protegerte contra enfermedades relativas a los alimentos. Lava siempre tus manos antes de tocar cualquier alimento.

**No Debes:** Beber alcohol sin antes consultar con tu equipo médico. Empeorará efectos secundarios, como boca seca o diarrea.

**No Debes:** Forzarte a comer comidas abundantes. En su lugar, come varias porciones pequeñas durante el día.

**No Debes:** Consumir alimentos picantes, muy condimentados, salados o ácidos si tienes molestia de boca o garganta.

**No Debes:** Tomar hierbas ni suplementos dietéticos sin antes consultar a tu equipo médico.

Obtener los nutrientes que necesitas es clave para el cuidado de tu cáncer. Consulta con tu equipo médico para apoyo y guía adicional. Sigue esta lista para comer sin riesgo durante tu tratamiento.