

# Dieta com baixo teor de fibras para preparação para colonoscopia

Siga esta dieta **3 dias e 2 dias** antes da colonoscopia.

***Um dia antes – somente líquidos claros são permitidos (a menos que haja instruções diferentes)***

## **SIM – Pode comer esses alimentos:**

Queijo, iogurte, leite

Arroz branco, biscoitos de água e sal (Saltines), pão puro, macarrão, pão branco, tortilhas feitas de farinha branca, bolo inglês

Carnes magras (frango, peixe, peru), ovos, tofu

Compota de maçã, frutas enlatadas ou cozidas sem sementes ou pele

Caldo, caldo de carne, sopas coadas

Sorvete, creme, sorbet, gelatina, flan

Café, chá, refrigerante, bebidas eletrolíticas, shakes sem adição de fibras (Ensure, Boost)

## **NÃO – NÃO pode comer esses alimentos:**

Feijão, ervilha, lentilha, qualquer legume

Vegetais

Frutas com pele (casca) ou sementes, coco, passas

Nozes, sementes, granola, quinoa

Arroz integral ou selvagem, pães ou cereais integrais

Qualquer suco que contenha polpa (como suco de laranja)

Sopas sem restrições, chili, sopa de ervilha, sopa de lentilha, sopa de feijão seco, sopa de milho

