

DIETA ASTRINGENTE

1) Desde el período neonatal hasta el 3er mes de vida:

Si la gastroenteritis es importante y/o lleva varios días de evolución se iniciará dieta sin lactosa.

- *Leche sin lactosa: iniciar la dieta a concentraciones bajas y preparar los biberones con agua de arroz o zanahoria. La concentración de la leche se va aumentando según la evolución e indicaciones médicas.*

2) Al 3er mes:

Cuatro biberones de leche exenta de lactosa según concentración prescrita y una papilla de plátano y manzana con zumo de limón.

3) Al 4º mes:

Tres biberones de leche exenta de lactosa, una papilla de plátano, manzana y zumo de limón y una papilla de arroz sin leche o lacteada con leche exenta de lactosa.

4) Al 5º mes:

Una papilla de zanahoria con pollo, ternera o pescado blanco, una papilla de plátano, manzana y zumo de limón, una papilla de arroz sin leche o con leche exenta de lactosa y dos biberones de leche exenta de lactosa a la concentración indicada.

Esta dieta es adecuada hasta los dos años de edad.

5) De 2 años en adelante:

Alimentos permitidos: arroz hervido, zanahorias y patatas hervidas, pollo hervido o a la plancha, ternera a la plancha, plátano, manzana, zumo de limón, pan tostado.

Ningún derivado lácteo, incluido el yogurt, ni el dulce de membrillo, son astringentes en edad pediátrica.

