

Dieta en el caso de la enfermedad de injerto contra huésped (GVHD)

[Graft versus host disease (GVHD) diet]



¿Qué es la enfermedad de injerto contra huésped (GVHD)?

La GVHD puede aparecer luego que el niño haya recibido de otra persona un trasplante de células madre sanguíneas. Las células de la persona que las donó (el injerto) pueden atacar la piel, el estómago o el hígado del niño que las recibe (el huésped).

¿Qué tengo que hacer?

El médico de su niño le hablará sobre las opciones de tratamiento que tiene.

- Puede ser útil darle a su niño alimentos que tolere fácilmente su estómago. Esto puede ayudarle a controlar algunos síntomas digestivos de la GVHD. Estos síntomas incluyen:
 - Diarrea
 - Dolor de estómago
 - Llagas en la boca
 - Náuseas y vómitos (devolver)
- Su niño debe pasar 2 días sin que los síntomas empeoren. Luego, ya podrá pasar a la siguiente etapa de la dieta.
- Solo podrá pasarlo a la siguiente etapa de la dieta cuando se lo indique el equipo de atención médica de su niño.

¿Qué incluye la dieta?

La dieta incluye alimentos suaves y blandos. Para ayudar a mejorar la diarrea y el malestar estomacal, también son:

- **Bajos en lactosa (azúcar de la leche):**
 - Leche baja en lactosa
 - Leche de soya o arroz
 - Quesos
- **Bajos en fibra:**
 - Panes blancos
 - Panecillos
 - Hojuelas de maíz
 - Hojuelas de arroz
- **Bajos en azúcar:**
 - Bebidas sin azúcar
 - Galletas Graham
 - Galletas de animalitos

En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de emergencias más cercana.

Dieta en caso de la enfermedad de injerto contra huésped (GVHD), continuación

- Alimentos bajos en grasa que son:
 - Horneados
 - Hervidos
 - Al vapor

ETAPA 1

Empiece con estos alimentos

Grupo de alimentos	Alimentos permitidos
Bebidas	<ul style="list-style-type: none">• Té diluido sin cafeína (1 parte de té y 1 parte de agua)• Bebidas deportivas bajas en azúcar, como Gatorade y Powerade• Kool-Aid sin azúcar• Crystal Light• Leche baja en lactosa, leche de arroz y leche de soya
Cereales	<ul style="list-style-type: none">• Crema de trigo• Sémola de maíz instantánea (<i>grits</i>)• Arroz inflado• Hojuelas de arroz (Rice Krispies)• Hojuelas de maíz (Corn flakes)• Cheerios simples
Carbohidratos	<ul style="list-style-type: none">• Panes blancos• Bagels• English muffins• Panecillos de harina blanca (<i>white dinner rolls</i>)• Pasta, por ejemplo, macarrones, pasta de huevo o espagueti• Papas blancas hervidas, en puré u horneadas sin cáscara• Arroz blanco• Galletas saladas• Galletas de soda• Pretzels
Otros	<ul style="list-style-type: none">• Caldo• Paletas de helado sin azúcar (<i>popsicles</i>)• Mantequilla o margarina untada sobre panes, pasta, arroz o galletas

En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de emergencias más cercana.

Dieta en caso de la enfermedad de injerto contra huésped (GVHD), continuación

ETAPA 2

Agregue estos alimentos a la dieta de su niño cuando se lo indique su equipo de atención médica

Grupo de alimentos	Alimentos permitidos
Alimentos con proteína	<ul style="list-style-type: none">• Pechuga de pollo o pavo bien cocida• Jamón magro• Huevos• Pescado• Atún enlatado en agua• Bebidas nutritivas tales como Pediasure, Kid Essentials, Resource Breeze, Boost o Ensure
Frutas	<ul style="list-style-type: none">• Puré de manzana sin azúcar• Plátanos• Duraznos enlatados• Peras en jugo
Vegetales	Enlatados o bien cocidos: <ul style="list-style-type: none">• Vainitas (ejotes)• Zanahorias• Batatas sin cáscara
Postres	<ul style="list-style-type: none">• Galletas de animalitos• Galletas Graham• Galletas de vainilla (<i>Vainilla wafers</i>)• Bizcochuelo o pastel de ángel
Otros	<ul style="list-style-type: none">• Mayonesa• Sopas hechas con caldo• Sándwiches hechos con los alimentos incluidos en la lista anterior

En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de emergencias más cercana.

Dieta en caso de la enfermedad de injerto contra huésped (GVHD), continuación

ETAPA 3

Agregue estos alimentos a la dieta de su niño cuando se lo indique su equipo de atención médica

Esta lista se conoce como dieta de transición. Es muy similar a la dieta del trasplante de médula ósea (BMT).

Grupo de alimentos	Alimentos permitidos
Leche y productos no lácteos	<ul style="list-style-type: none"> • Leche baja en lactosa, sin lactosa o no láctea • Leche de soya • Leche de arroz • Bebidas nutritivas sin lactosa o no lácteas, tales como Pediasure, Kid Essentials, Boost o Ensure • Quesos <p>Si su niño bebe leche normal, yogur o pudín sin azúcar, debe tomar píldoras de Lactaid.</p>
Alimentos con proteína	<ul style="list-style-type: none"> • Carne bien cocida y baja en grasa • Pollo y pavo sin piel bien cocidos • Jamón • Huevos • Tofu • Salchichas bajas en grasa • Tocineta de pavo • Pescado y mariscos • Pescado o carne en lata • Carnes frías preempacadas que se cocinaron a temperaturas muy altas
Cereales	<ul style="list-style-type: none"> • Avena instantánea • Sémola de maíz instantánea (<i>grits</i>) • Cereales fríos con menos de 2 por ciento (2%) de fibra
Carbohidratos	<ul style="list-style-type: none"> • Panes blancos, tales como panecillos de harina blanca (<i>white dinner rolls</i>), pan pita, tortillas de harina, pan de maíz, bagels, pan de masa madre (<i>sour dough</i>) y English muffins • Panqueques y <i>waffles</i> • Galletas, como las de animalitos, Graham y saladas (<i>saltines</i>) • Tortitas de arroz • Pretzels • Hojuelas de papa horneadas • Arroz blanco

En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de emergencias más cercana.

Dieta en caso de la enfermedad de injerto contra huésped (GVHD), continuación

Grupo de alimentos	Alimentos permitidos
Carbohidratos (Continuación)	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta • Harina blanca • Maicena
Frutas	<ul style="list-style-type: none"> • Jugos diluidos (1 parte de jugo y 1 parte de agua) • Plátanos • Puré de manzana sin azúcar • Frutas enlatadas, tales como duraznos y peras en jugo
Vegetales	<p>Enlatados o bien cocidos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zanahorias • Vainitas (ejotes) • Champiñones • Puntas de espárragos • Papas blancas y batatas sin cáscara • Alimentos para bebés
Sopas	<ul style="list-style-type: none"> • Sopas hechas con caldo • Sopas de fideos Ramen sin el sobrecito del saborizante • Cremas hechas en casa con leche baja en lactosa
Bebidas	<ul style="list-style-type: none"> • Bebidas deportivas bajas en azúcar, como Gatorade y Powerade • Kool-Aid sin azúcar • Jugos diluidos de arándano (<i>cranberry</i>) (1 parte de jugo y 1 parte de agua) • Bebidas bajas en azúcar • Agua • Té comercial claro sin cafeína • Refrescos de dieta sin cafeína, como Diet Ginger Ale, Diet 7-Up o Sprite Zero
Postres	<ul style="list-style-type: none"> • Galletas, como las de vainilla, de animalitos, Graham y las de jengibre • Paletas de helado sin azúcar (<i>popsicles</i>) • Pudín sin azúcar hecho con leche baja en lactosa o no láctea • Bizcochuelo o pastel de ángel • Jell-O o gelatina sin azúcar • Torta sin baño de azúcar
Grasas	<ul style="list-style-type: none"> • Mantequilla • Margarina • Mayonesa

En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de emergencias más cercana.

Dieta en caso de la enfermedad de injerto contra huésped (GVHD), continuación

Grupo de alimentos	Alimentos permitidos
Grasas (Continuación)	<ul style="list-style-type: none">• Salsa espesa de carne (<i>gravy</i>)• Pudín con leche baja en lactosa o no láctea• Crema agria• Sustituto no lácteo para café

¿Qué más necesito saber?

Su niño pasará a la dieta de la etapa siguiente cuando hayan mejorado sus síntomas. Su equipo de atención médica le indicará cuándo debe pasar a la etapa siguiente. La duración del tratamiento para la GVHD es diferente en el caso de cada niño.

- Empiece seleccionando 1 alimento.
- Agregue 1 alimento a la vez.
- Observe cómo le va a su niño con cada alimento nuevo.
- Deje de darle el alimento nuevo si empeoran la diarrea, el dolor de estómago, las náuseas o los vómitos.
- Haga que su niño coma solo una cantidad pequeña para empezar y poco a poco vaya dándole más.
- Dele a su niño comidas pequeñas cada 2 a 3 horas.
- Prepare sándwiches, sopas y comidas con los alimentos de la lista.
- Use refrescos y té claros sin cafeína.

¿Cuándo debo llamar al médico?

Llame al médico o al nutricionista de su niño si tiene alguna pregunta sobre la dieta de su niño.

Esta hoja educativa contiene solo información general. Hable con el médico de su niño o con uno de los integrantes de su equipo de atención médica sobre el cuidado específico para él.

En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de emergencias más cercana.