

*FOLLETO DE ORIENTACION A  
PADRES DE NIÑOS CON CANCER*



*NUTRICION*

*INSTITUTO DE ENFERMEDADES NEOPLÁSICAS  
"Dr. Eduardo Cáceres Graziani"*

*DEPARTAMENTO DE PEDIATRIA  
DEPARTAMENTO DE ENFERMERIA*

## NUTRICION

**PARA EL NORMAL DESARROLLO Y CRECIMIENTO DEL CUERPO, PARA SER FUERTE Y SANO ES NECESARIO ALIMENTARSE**



### NUTRICION Y DIETAS EN CANCER

En el caso de niños hay que mantener el peso en relación a su edad y factor de crecimiento. El tratamiento condiciona problemas nutricionales diversos que varía en cada caso.

#### ¿QUÉ ES ALIMENTO?

Es toda sustancia que proporciona al organismo principios nutritivos necesarios para cumplir las siguientes funciones.

**IMPORTANTE: UNA DIETA BALANCEADA QUE DEBE INCLUIR UN ALIMENTO DE CADA GRUPO.**

**TENGA PRESENTE QUE SU NIÑO DEBE CONSUMIR EN SU DIETA:**

- Agua (8 vasos diarios).
- Las verduras y frutas deben ser cocinadas.
- Evite las grasas (límite consumo de frituras)
- Evite condimentos y picantes.
- Si tiene estreñimiento debe comer frutas secas (pasas, guindones, higos).
- Si está sin apetito, debe empezar por el segundo o plato fuerte y postre deje al final la sopa y el líquido.
- Si es difícil de comer, sírvale poca cantidad y dele varias veces al día.

1. **DAN ENERGIA:** Son alimentos que dan temperatura y calor al cuerpo, ayudan a mantener peso en el organismo se encuentran en:

- **CEREALES:** arroz, avena, quinua, fideos, trigo, maíz, morón, kiwicha, cebada.
- **TUBERCULOS:** papa, camote, yuca, ollucos, oca, mashua, chuño.
- Azúcar, grasa, vegetal.

2. **DAN PROTEINAS:** Son alimentos que proporcionan sustancias que sirven para formar tejidos, ayudan al crecimiento y crea defensas en el organismo. Se encuentra en:

- **MENESTRAS:** frijoles, lentejas, soya, pallares, habas, alverja seca, garbanzos
- **Productos de origen animal:** carne, pescado, pavo, pollo, res, vísceras, hígado, mondongo, leche, queso, yogurt, huevo.

3. **DAN VITAMINAS Y MINERALES:**

Son alimentos que protegen al cuerpo y permiten que trabajen bien todos los órganos regulando su funcionamiento.

Se encuentran en:

**VERDURAS:** Zanahoria, espinaca, zapallo, acelga, brocoli, col, coliflor, pimiento, beterraga.  
**FRUTAS:** Papaya, naranja, melón, durazno, plátano, manzana.

**RECUERDE QUE SU NIÑO ESTÁ EN ETAPA DE CRECIMIENTO.**

Debe tener 3 comidas al día.

- Desayuno
- Almuerzo
- Comida

**UN NIÑO BIEN ALIMENTADO AYUDARÁ A SU RECUPERACIÓN**  
Cualquier duda o sugerencia, consulte, no deje de hacerlo.

**¡ESTAMOS PARA AYUDARLE!**