



INDICACIONES PARA EL PACIENTE QUE VA A SER SOMETIDO A TRATAMIENTO O A PROCEDIMIENTO DIAGNOSTICO CON I¹³¹

• EVITAR INGESTA

- SAL YODADA (recordar que en Ecuador toda sal es yodada por ley)
- PRODUCTOS LÁCTEOS Y SUS DERIVADOS
- HUEVOS (las claras se pueden consumir)
- PESCADOS, MARISCOS Y DERIVADOS
- ALIMENTOS QUE CONTENGAN ALGINATOS O CUALQUIER DERIVADO DE ALGAS MARINAS.
- CARNES CONSERVADAS Y EMBUTIDOS (chorizos, salames, panceta, jamón, etc.)
- PRODUCTOS DE PANADERIA INDUSTRIAL, panes, galletitas, etc. (utilizan harinas con conservantes yodados)
- VITAMINAS Y SUPLEMENTOS DIETARIOS (la mayoría de las vitaminas con minerales contienen yodo)
- CAMELOS, PASTILLAS, CONFITES CON CUBIERTA DE COLOR ROJO, NARANJA Y/O MARRON
- JARABES PARA LA TOS Y MEDICAMENTOS QUE CONTENGAN CUBIERTA DE COLOR ROJO, NARANJA Y/O CAFE (consulte a su médico antes de discontinuar cualquier medicamento de color)
- CHOCOLATE
- FRUTAS SECAS
- SOJA Y PRODUCTOS QUE LA CONTENGAN
- ALIMENTOS ENVASADOS QUE CONTENGAN CONSERVANTES (mayonesa, salsas de tomate enlatadas, etc.)
- COCA COLA

• EVITAR PRODUCTOS

- SHAMPOO DE ALGAS
- TINTURAS PARA EL CABELLO
- CREMAS DE MANOS Y CUERPO DE COLOR ROJO, NARANJA, MARRON O AMARILLO
- BRONCEADORES
- YODOFORMO O COMPUESTOS YODADOS (en caso de tratamiento de conducto, tener en cuenta que deberían pasar al menos 2 meses antes de su RCT)
- DESINFECTANTES DE COLOR ROJO

• ALIMENTOS PERMITIDOS

- Carnes rojas, carne de cerdo, cordero o pollo. Las carnes deben ser frescas no curadas ni preparadas.
- Condimentos (pimienta, canela, orégano)
- Papas y vegetales (cocinados sin agregado de sal), bien lavadas
- Arroz
- Vegetales frescos, incluyendo tomates y salsas frescas (no conservadas ni enlatadas), tratar de evitar la abundancia de espinaca y brócoli.
- Claras de huevo
- Pan casero hecho con sal no yodada y aceite (no soja!) en vez de manteca o leche.
- Soda, café, te.