

2. Consejos para el día del tratamiento con quimioterapia

- Es importante no ir en ayunas al tratamiento, a menos que su médico se lo haya indicado.
- Hay que comer y beber un par de horas antes del tratamiento:
 - Si el tratamiento es a media mañana: realice un desayuno completo y fácil de digerir.
 - Si el tratamiento es por la tarde: realice un almuerzo sencillo, pero completo y fácil de digerir.
 - Si el tratamiento es largo: lleve consigo algún alimento y bebida: tostadas, quesitos, cereales, zumo de manzana, leche de almendras...
- Coma tranquilamente y mastique bien los alimentos.
- No tome bebidas excitantes, como té, café, bebidas de cola...

3. Consejos para los dos/tres días posteriores al tratamiento con quimioterapia

Después del tratamiento puede ocurrir que tenga náuseas y muy poco apetito. Es importante que siga estas recomendaciones para mantener una alimentación equilibrada y **fácilmente digerible**.

- No se salte ninguna comida.
- Puede preparar los platos con antelación y congelarlos, envasados individualmente.
- Debe beber un mínimo diario de 2 litros de líquidos (agua, infusiones, licuados...), preferiblemente a **temperatura ambiente**. **Es mejor hacerlo a pequeños sorbos y entre las comidas.**

A continuación le facilitamos una tabla con los alimentos aconsejados y desaconsejados para estos días y un ejemplo de menú.