

Para su mejor vida posible

Control del fósforo para tener los huesos y el corazón fuertes.

Cuando sus riñones no funcionan adecuadamente, si toma demasiado fósforo se puede acumular en la sangre. Esto elimina calcio de sus huesos, y con el tiempo los debilita y daña el corazón.

Limite los alimentos que contengan mucho fósforo

- Comidas rápidas, comidas preparadas
- Refrescos de cola y té helado embotellado
- Trocitos de pollo, carnes y pollo procesados
- Productos horneados congelados, mezclas para hornear
- Cereales de salvado/muffins, granola
- Pudines y salsas instantáneos
- Leche, productos lácteos, queso (especialmente los quesos procesados)
- Dulces y bebidas de chocolate
- Frijoles, nueces y semillas

Lea las etiquetas de los alimentos

Limite los alimentos que contengan palabras con “phos” en la lista de ingredientes. Estos son ejemplos de los ingredientes que debe limitar:

- Dicalcium phosphate (Fosfato dicálcico)
- Disodium phosphate (Fosfato disódico)
- Phosphoric acid (Ácido fosfórico)
- Sodium hexameta-phosphate (Hexametafosfato de sodio)
- Trisodium phosphate (Fosfato trisódico)



Lo que usted come y bebe afecta la cantidad de fósforo en su sangre

- Elija alimentos con menos fósforo (pregunte a su dietista cómo hacerlo).
- Cocine sus alimentos con ingredientes frescos.
- Limite las comidas rápidas y los alimentos procesados/envasados.
- Tome aglutinantes de fosfato con cada comida.
- Asista a todos sus tratamientos de diálisis y quédese durante todo el tiempo de su tratamiento.

Obtenga más información.
SatelliteHealth.com/BetterLife