



Hospital
Casa de Saúde

orientação nutricional tratamento oncológico

✉ nutricao@hospitalcasadesaude.com.br

🌐 hospitalcasadesaude.com.br

📷 [hospitalcasadesaude](#)

🐦 [hospcasadesaude](#)

📍 UNIDADE SANTOS

Av.: Armando Salles de Oliveira, 131 - Boqueirão
Santos - SP - Telefone: 13 3202 2500

📍 UNIDADE PRAIA GRANDE

Rua: Gilberto Fouad Beck, 150 - Vila Mirim
Praia Grande - SP - Telefone: 13 3496 0600

Informações importantes para controlar os sintomas e efeitos que podem aparecer no tratamento oncológico.

perda de peso

- Adicione azeite ou óleo vegetal, creme de leite ou gema de ovos, macarrão, sopas com carne ou frango;
- Misture aveia, maisena ou fubá nos mingaus;
- Prepare sucos compostos de duas frutas ou uma fruta com um vegetal (exemplo: laranja + cenoura);
- Adicione nos pães, bolachas e torradas: queijo, requeijão, geléia de fruta ou mel;
- Use suplemento nutricional hipercalórico e hiperproteico.

boca seca (xerostomia)

Prepare a comida com caldos ou molhos;



Aumente a ingestão de líquidos, principalmente sucos naturais, como limão, morango abacaxi;

Use pastilhas, balas com gengibre, chiclete e picolé de limão;



Evite comer alimentos duros, secos e crocantes.

náusea e vômitos

- Consuma de 2 a 3 litros de líquidos/dia;
- Faça as refeições em pequenos volumes e de 2 em 2 horas;
- Evite alimentos gordurosos e fritos;
- Evite o jejum por mais de 4 horas;
- Evite alimentos quentes, embutidos, enlatados, cremosos e com molho;
- Use balas com gengibre, chiclete, picolé, gelo, sucos e água saborizada.



alteração de paladar e olfato

- Consuma balas de menta ou de hortelã;
- Adicione na alimentação gotas de limão;
- Evite carne vermelha caso tenha sensação metálica na boca;
- Consuma alimentos bem temperados, com hortelã, manjericão, limão, salsa, cebolinha, coentro, cebola, alho e orégano;
- Alimentos com zinco e cobre ajudam na recuperação do paladar, como milho, feijão, vegetais, aveia, ovos, carne assada, ervilhas, pães integrais.

constipação intestinal

- Consuma de 2 a 3 litros de líquidos/dia, como água, água de coco, suco de laranja, mamão, caqui, ameixa preta, acerola, chá mate, bebida isotônica etc;
- Consuma alimentos integrais, feijões, leite e derivados, alimentos crus como verduras, legumes e frutas com casca.



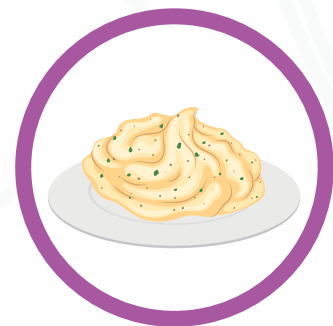
diarreia

- Consuma de 2 a 3 litros de líquidos/dia, como água, água de coco, suco de maçã, limonada, suco de goiaba, chá claro, bebida isotônica etc;
- Consuma alimentos como: batata, cenoura, chuchu, inhame, mandioquinha, arroz, macarrão e maisena;
- Evite alimentos integrais, feijões, leite e derivados, alimentos crus como verduras e frutas com casca, bebidas gaseificadas, alimentos açucarados.



mucosite e estomatite

- Evite alimentos muito salgados, ácidos, apimentados e condimentados;
- Consuma os alimentos picados, moídos e/ou em forma de purê com poucos temperos ou condimentos;
- Consuma líquidos frequentemente com canudinho;
- Devido melhor tolerância, consuma: frutas, vitaminas, mingaus, gelatinas, sorvetes e picolés de frutas.



dificuldade para engolir

- Utilize alimentos úmidos;
- Faça as refeições em pequenos volumes e de 2 horas em 2 horas;
- Consuma alimentos bem cozidos, na consistência de mingau, flan, suflê, purê, vitamina mais grossa e sopa cremosa sem pedaços;
- Evite alimentos duros, como arroz e pão francês;
- Evite líquidos como gelatina;
- Priorize a alimentação cremosa em temperatura ambiente;
- Verificar a necessidade do uso de espessante.



falta de apetite

- Faça um esforço para consumir aquilo que mais lhe agrada;
- Não pule as refeições, mesmo que não tenha vontade de comer. Dê preferência a sopa, mingau e vitaminas;
- Prepare pratos coloridos e variados, inclua novos alimentos no cardápio.

*** Diabéticos: Consuma alimentos DIET**

✉ nutricao@hospitalcasadesaude.com.br

🌐 hospitalcasadesaude.com.br

📷 [hospitalcasadesaude](#)

🐦 [hospcasadesaude](#)



Hospital
Casa de Saúde

📍 **UNIDADE SANTOS**

Av.: Armando Salles de Oliveira, 131 - Boqueirão
Santos - SP - Telefone: 13 3202 2500

📍 **UNIDADE PRAIA GRANDE**

Rua: Gilberto Fouad Beck, 150 - Vila Mirim
Praia Grande - SP - Telefone: 13 3496 0600