

## SI PRESENTA PÉRDIDA DE APETITO O ALTERACIÓN DEL GUSTO

**CONSULTA DE ENFERMERÍA  
SERVICIO DE HEMATOLOGÍA**

*Esta guía ha sido elaborada por el personal de Enfermería  
del Servicio de Hematología*

**Hospital Universitario “12 de Octubre”**

**Teléfonos de contacto:**

- ✓ **Consulta de Enfermería: 917792326**
- ✓ **Consulta de Enfermería pretransplante: 917792301**
- ✓ **Hospital de Día: 917792327**
- ✓ **Planta Hematología: 913908047**



**CENTRO DE ACTIVIDADES AMBULATORIAS  
PLANTA 3ª / BLOQUE D**

*Edición 1*

*Fecha: 26/12/2018*

*Servicio de Hematología y Hemoterapia*

*Nº de Registro 388 - Aprobado por el CTCI*

# SI

- Realice comidas de **poca cantidad, pero muchas veces al día** (de 6 a 10 tomas).
- Coma en **ambientes agradables**, relajados y si puede ser acompañado.
- Tome los alimentos que más le apetezcan dentro de una alimentación razonable.
- Coma la mayor cantidad de alimento a las horas que tenga más apetito (normalmente suele ser el desayuno).
- Varíe el tipo de alimentos y la forma de cocinarlos.
- Si se despierta por la noche aproveche para tomar alimentos líquidos (leche, yogur, batidos de frutas, zumos o suplementos nutricionales).
- Utilice condimentos (tipo hierbas aromáticas) en carnes y pescados, para realzar el sabor. No tome las comidas ni muy calientes ni muy frías, ya que pierden sabor.



# NO

- No se quede sin desayunar si se levanta tarde: si es necesario desayune en la cama.
- **No deje de tomar ninguna comida**, aunque tenga hacer otras actividades. Si tiene que salir debe llevar comida para poder tomarla a la hora que le corresponda.

**Si "no le saben a nada" los alimentos....** Utilice condimentos como hierbas aromáticas (orégano, romero, albahaca, etc.) en las carnes y pescados. Puede añadir jamón, panceta, cebolla, etc., a las verduras, pastas, arroces, patatas, sopas... No tome los alimentos ni muy fríos ni muy calientes.

**Si "no soporta las carnes rojas"...** pruebe a macerarlas con fruta o vino dulce o con salsas hechas con estos productos. Pruebe a añadir las carnes rojas en forma de carne picada a las pastas o arroces. Si aún así no es capaz de comerlas, sustitúyalas por: carne de ave, huevos, quesos o leche.



## Consulte con su Médico / Enfermera:

- ❖ Si la falta de apetito es **intensa y persistente**.
- ❖ Si no consigue comer cantidades suficientes y **pierde peso**.