

	Modulo informativo Consenso informato CONSIGLI DIETETICI REGIONE PELVICA	ALL04_IOrateT003_SIC	Pag. 1 di 1
		Verifica: Dr .E. Berselli RAQ	Rev 00
		Approvazione: Dr. F. Bunkheila Direttore UOC Radioterapia	Del 2.5.2019

Le norme dietetiche sotto riportate servono a dare delle indicazioni generali e soprattutto ad evitare gli eccessi. Non hanno l'intento di ottenere un dimagrimento.

Nel periodo in cui si effettua un trattamento radiante sulla regione pelvica si consiglia di evitare cibi piccanti, fritti, molto conditi ed eccessivamente salati.

E' raccomandata l'**esclusione totale** di **alcolici** di qualsiasi tipo.

Si consiglia di PREFERIRE i seguenti alimenti:

- carne rossa o bianca purchè magra
- pesce di ogni tipo purchè non fritto
- verdure a foglia tenera (carote e zucchine cotte).
- frutta matura senza buccia e semi: preferire mele, pere (anche cotte), banane, albicocche e pesche
- pane, possibilmente tostato
- pasta o riso, in bianco, al sugo di pomodoro fresco, al ragù senza soffritto
- dolci poco grassi e poco elaborati, biscotti non integrali

BEVANDE CONSENTITE: acqua possibilmente oligominerale non gassata; succhi e spremute di frutta senza aggiunta di zucchero o conservanti; thè o caffè leggero, caffè d'orzo, camomilla.

Si consiglia di EVITARE:

- salse ed intingoli, spezie, peperoncino, fritti e soffritti
- dolci, cacao, creme, panna, prodotti di pasticceria e salsamentaria in genere
- frutta secca, uva, ananas, prugne, fichi, kiwi, fragole, lamponi, frutti di bosco, nocciole, datteri, pinoli
- verdure dure e fibrose (carciofi, cime, rape, cavoli, cavolfiori, broccoli), legumi
- salumi ed insaccati
- formaggi piccanti o grassi o stagionati,
- anguilla e pesce grasso in genere, crostacei e molluschi
- bevande e bibite molto zuccherine e/o gasate e/o fredde.

Per la preparazione dei cibi, evitare: fritti, soffritti, sughi grassi e piccanti, spezie, pepe, peperoncino, cacao.

Gli alimenti da assumere potranno essere cotti al vapore, alla piastra, in umido, al forno o comunque preferibilmente con l'aggiunta dell'olio a crudo, dopo cottura e con poco sale.

NOTA BENE: Il trattamento radiante sulla pelvi va effettuato preferibilmente a **VESCICA PIENA**. Si consiglia pertanto di effettuare l'ultima minzione circa 1-2 ore prima della TC di Simulazione e di ogni singola seduta di radioterapia e di assumere circa 500 cc (3 – 4 bicchieri) di acqua non gasata 30 minuti – 1 ora prima dell'esame e di ogni trattamento radiante.