

Líquidos ocultos en los alimentos

(Hidden Thin Liquids)

Se trata de cualquier producto que pueda derretirse, transformarse o gotear una vez que está dentro de la boca.

A continuación se presentan ejemplos de alimentos que contienen líquido oculto:

Uvas

Naranjas mandarinas (*Clementinas*)

Sandía

Tomates cereza

Helado / *gelato* / nieve

Yogur congelado

Batidos / Malteadas / *Smoothies*

Hielo triturado y/o bebidas a base de jugo

Slurpees / raspados tipo “*ICEE*”

Escarcha de hielo

Paletas de hielo

Cubitos de hielo / pedazos de hielo

Gelatina

Gelatina / postres a base de jalea

La lista de estos alimentos y líquidos no abarca todos los que pueden derretirse en la boca, transformándose en líquido. Si no está seguro de cierto alimento, pruébelo antes de ofrecérselo a su hijo.

Otros productos por evitar:

Cereal con leche

Sopas / consomés

Envases de fruta: duraznos (melocotones), peras, coctel de frutas (debido al líquido adicional en el envase)

Anschutz Medical Campus 13123 East 16th Ave. Aurora, CO 80045 | 800-624-6553 | childrencolorado.org

Autor: Speech Language Pathology | Aprobado por el comité educativo para las familias y los pacientes | Vigente hasta el 2019

Esta información se redacta exclusivamente con fines educativos. No pretende sustituir los consejos de su médico de cabecera, diagnosticar, tratar, curar ni prevenir enfermedad alguna. Esta información no debe reemplazar una cita, llamada, consulta o la asesoría de su médico u otro profesional sanitario.