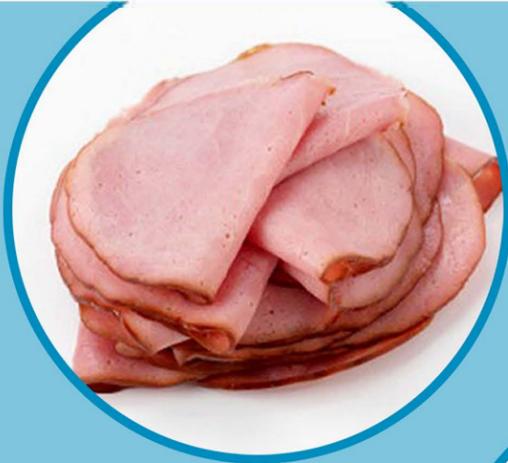


Fósforo

Elija los alimentos correctos

En lugar de...

Elija esto...



Carne procesada



Carne fresca

sin aditivos de fosfato



Pescado enlatado con espinas



Aves o pescado frescos



Helado o yogur congelado



Sorbete o fruta



Nueces y semillas



Palomitas de maíz sin sal



Refrescos de cola, agua saborizada, té embotellados



Limonada hecha en casa, refresco de uva, ginger ale

Hable con su médico y dietista antes de hacer cambios a su dieta.