



Bruno Giusti Werneck
Coloproctologista - Cirurgião
CRM 36.980/MG

Dieta sem Glúten

A dieta sem Glúten é indicada para pacientes que já passaram pelo médico e foram orientados adequadamente, Ela não deve ser utilizada de forma indiscriminada ou permanente em pacientes sem diagnóstico, pois pode levar a carência de elementos essenciais à nutrição.

Alimentos Permitidos:

Arroz (e farinha de arroz, creme de arroz, arrozina, arroz integral em pó e seus derivados), batata (fécula ou farinha), milho (fubá, farinha, amido de milho, maisena, flocos, canjica e pipoca), mandioca (fécula ou farinha, como a tapioca, polvilho doce ou azedo), macarrão de cereais (arroz, milho e mandioca), cará, inhame, araruta, sagu, trigo sarraceno.

Sucos de frutas e vegetais naturais, refrigerantes, chás, vinhos, champanhes, aguardentes, saquê, café.

Leite em pó, esterilizados, integrais, desnatados e semidesnatados.

Leite condensado, creme de leite, Yakult, queijos frescos, tipo minas, ricota, parmesão.

Pães de queijo.

Açúcar de cana, mel, melado, rapadura, glucose de milho, malto-dextrina, dextrose, glicose, geleias de fruta e de mocotó, doces e sorvetes caseiros preparados com alimentos permitidos, achocolatados de cacau, balas e caramelos.

Todas as carnes, incluindo presunto e linguiça caseira. Manteiga, margarina, banha de porco, gordura vegetal hidrogenada, óleos vegetais, azeite.

Feijão, broto de feijão, ervilha seca, lentilha, amendoim, grão de bico, soja (extrato proteico de soja, extrato hidrossolúvel de soja).

Todos os legumes e verduras.

Sal, pimenta, cheiro-verde, erva, temperos caseiros, maionese caseira, vinagre fermentado de vinhos tinto e de arroz, glutamato monossódico (Ajinomoto).

Rua Domingos Vieira, 319- Sala 708 – Santa Efigênia - BH – MG

Fone/Fax: (31)3241-4288 – Fone: (31) 3241-4911 – E-mail: colo@mkm.com.br

Website: <http://drbrunoproctologista.wix.com/cirurgia>



Bruno Giusti Werneck
Coloproctologista - Cirurgião
CRM 36.980/MG

Alimentos Proibidos:

Todos os produtos elaborados com trigo (farinha, semolina, germe e farelo), aveia (flocos e farinha), centeio, cevada (farinha) e malte.

Cerveja, uísque, vodca, gim.

Ovomaltine, bebidas contendo malte, cafés misturados com cevada.

Leites achocolatados que contenham malte ou extrato de malte, queijos fundidos, queijos preparados com cereais proibidos.

Patês enlatados, embutidos (salame, salaminho e algumas salsichas), carnes preparadas à milanesa.

Extrato proteico vegetal, proteína vegetal hidrolisada.

Verificar rótulo:

Bebidas e queijos cuja composição não esteja clara no rótulo.

iogurtes, requeijão, bebidas com leite.

Doces. Maionese, catchup, mostarda e temperos industrializados.

Rua Domingos Vieira, 319- Sala 708 – Santa Efigênia - BH – MG

Fone/Fax: (31)3241-4288 – Fone: (31) 3241-4911 – E-mail: colo@mkm.com.br

Website: <http://drbrunoproctologista.wix.com/cirurgia>