

EVITAR:

- CAFÉ
- CHÁ PRETO E MATE
- COMIDAS GORDUROSAS E FRITURAS
- CHOCOLATE
- LEITE INTEGRAL
- BEBIDAS GASOSAS
- MENTA
- SHOYU
- MOLHO DE TOMATE PRONTO
- TEMPERO PRONTO
- VINHO TINTO
- ENLATADOS
- EMBUTIDOS
- SALGADOS FRITOS
- CARNE SUÍNA
- GOMA DE MASCAR
- CONDIMENTOS
- PIMENTÃO E PIMENTA
- TABAGISMO
- DOCES
- KETCHUP
- MOSTARDA
- MAIONESE TEMPERADA
- CEBOLA CRUA
- ALHO CRU

PRIME MEDICAL OFFICE

Dr Fernando Bray

ORIENTAÇÕES:

- COMER DEVAGAR
- MASTIGAR BEM
- EVITAR JEJUM PROLONGADO > 4HORAS
- DEITAR-SE SOMENTE APÓS 2HORAS DA REFEIÇÃO
- JANTAR MAIS CEDO