

# Dieta para Enfermos Renales: Fósforo

***Antes de realizar cualquier cambio en su dieta, asegúrese de comentarlo con su médico o dietista.***

El fósforo es un mineral que actúa junto con el calcio para mantener sus huesos fuertes y saludables. El cuerpo necesita fósforo para la formación y el mantenimiento de los huesos y dientes, y para la función normal de los nervios y los músculos. Cuando disminuye la función renal, el organismo no puede mantener el equilibrio de fósforo y calcio. Debido a este desequilibrio, el organismo no puede eliminar el exceso de fósforo ni absorber suficiente calcio, por lo que los niveles de fósforo aumentan mientras disminuyen los de calcio. Para tratar y corregir este desequilibrio, el cuerpo “roba” calcio a los huesos por lo que éstos se debilitan. Entre los problemas asociados con altos niveles de fósforo se incluyen picazón, dolor de huesos y articulaciones y huesos quebradizos.

Notas

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



## Dieta para Enfermos Renales: Fósforo

Algunos alimentos ricos en fósforo son:

- Bebidas cola
- Mantequilla de maní
- Queso
- Sardinas
- Hígado de pollo o res
- Nueces
- Caramelos
- Cerveza
- Helados de crema

Algunos sustitutos alimenticios con bajo contenido de fósforo son:

- Brócoli
- Sustitutos de leche no lácteos
- Sorbetes
- Bebidas gaseosas (no bebidas cola)
- Calabacín
- Caramelos duros

***Una porción grande de un alimento que contiene poco fósforo puede convertirse en un alimento rico en fósforo.***

Si su nivel de fósforo se mantiene alto, el médico puede indicarle que tome un aglutinante de fosfato. Este medicamento se une al fósforo que contienen los alimentos que come, e impide que su organismo lo absorba.

***Es importante que tome este medicamento tal como se lo indique el médico.***

Notas

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

AL03020ASP 5/06

**Baxter**

**Baxter Healthcare Corporation**  
Renal Division  
1620 Waukegan Road  
McGaw Park, Illinois, 60085