



¿Sabes tu numero ?  
¿Tu numero es parecido al de arriba ?



Comidas comunes con alto contenido en fosforo

- Pollo Frito
- Carne de Res
- Papas
- Donas
- Panecillos y Rollos
- Carnes frias
- Queso Americano
- Queso para nachos
- Tortillas de harina
- bebidas de cola (Incluyendo Refrescos de dieta)
- Juevos

# Pagina de los Pacientes



## ¿SABIAS TU? LAS CUALIDADES DEL FOSFORO



- ¿El Fosforo es un mineral que es un compuesto de los dientes y huesos?
- ¿El Calcio Y el Fosforo trabajan juntos para mantener los huesos fuertes?
- ¿En pacientes con enfermedades Renales cronicas, el fosforo se puede salir de balance y causar problemas en los huesos?
- ¿El Fosforo en las bebidas de cola entra a tu sangre muy facilmente?
- ¿Algunos Productos multivitaminicos pueden contener mucho Fosforo?
- ¿Muchas carnes procesadas y quesos son RICOS en Fosforo?
- ¿A pesar de que frijoles y nueces son saludables para mucha gente NO son buena idea para alguien con enfermedad Renal?
- ¿El Fosforo encontrado en latas de alimentos puede ser conuinado por ciertas medicinas recetadas pro tu doctor algunos medicamentos recetados por tu doctor?
- ¿Este tipo de medicamentos trabaja mejor cuando son tomados con los alimentos?



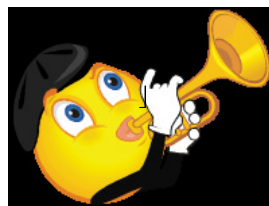
Proteje tu



Y huesos



Tomando tus medicinas contra el Fosforo



Llamando a todos los pacientes. Ayuda a tu Clinica a ganar el Concurso del POSTER DEL FOSFORO Preguntale a tu PCT o Dietista por detalles



### Formas en que puedes ayudar

- Dile a tu PCT de tus comidas favoritas en los restaurantes de comidas rapidas
- Platícale al personal de tus comidas favoritas
- Trae una lista del contenido nutricional de tus alimentos a la clinica