








INSUFICIENCIA RENAL-LISTADO DE ALIMENTOS

La insuficiencia renal consiste en la **pérdida total o parcial de la función renal**. Debido a este mal funcionamiento se acumulan sustancias de desecho tóxicas que normalmente son expulsadas por el cuerpo: urea, creatina y ácido úrico

1.1 CONTENIDO EN POTASIO

| Contenido en potasio de algunos alimentos de origen vegetal (mg/100 g de alimento) | |
|---|--------------------------------------|
|  <p>FRUTAS</p>  | Aguacate 487 |
| | Plátano 370 |
| | Melón 310 |
| | Kiwi 290 |
| | Higo 248 |
| | Cerezas 234 |
| | Melocotón 194 |
| | Naranja 165 |
| | Mandarina 150 |
| | Manzana 120 |
| Pera 116 | |
|  <p>VERDURAS Y HORTALIZAS</p>  | Alcachofa 353 |
| | Endivias 322 |
| | Zanahoria 321 |
| | Tomate 242 |
| | Lechuga 220 |
| | Cebolla 162 |
| | Berenjena 210 |
| | Espárragos verdes frescos 202 |
| | Cebolla 162 |
| | Pimiento rojo 160 |
| Pepino 140 | |
| Pimiento verde 120 | |

1.2 CONTENIDO EN FÓSFORO

| Contenido en fósforo de algunos alimentos de origen vegetal (mg/100 g de alimento) | | |
|---|---------------------------|----|
|  <p>FRUTAS</p>  | Fresas | 26 |
| | Cereza | 23 |
| | Nectarina | 22 |
| | Melocotón | 21 |
| | Naranja | 20 |
| | Granada | 17 |
| | Ciruela | 17 |
| | Uvas negras | 16 |
| | Pera | 13 |
| | Piña | 10 |
| Sandía | 9 | |
|  <p>VERDURAS Y HORTALIZAS</p>  | Coliflor | 52 |
| | Patata | 50 |
| | Espárragos verdes frescos | 45 |
| | Calabaza | 45 |
| | Calabacín | 45 |
| | Escarola | 37 |
| | Judía verde | 37 |
| | Lombarda | 36 |
| | Cebolla | 33 |
| | Lechuga | 28 |
| Rábano | 18 | |

Andrés Carvajales P., López Sobaler Ana M., Ortega Anta Rosa M., Requejo Marcos Ana M. *La composición de los alimentos.* ed. Complutense; 2004

Publicado por:
Roche Diagnostics S.L.U.
Av. Generalitat 171-173
Sant Cugat del Vallès
Barcelona
España



Con el asesoramiento de:

