

Guía de verduras y frutas para combatir los cálculos renales.

VERDURAS PERMITIDAS	FRUTAS PERMITIDAS
<ul style="list-style-type: none"> • Palta • Coles de bruselas, • Coliflor • Cebollas • Rábano (rabanito) • Brócoli • Zanahoria • Pepino • Lechuga • Tomate • Pimiento • Nabos 	<ul style="list-style-type: none"> • Manzana • Durazno • Yacón • Pera • Plátano • Melón • Piña (no diario) • Uva verde
VERDURAS NO PERMITIDAS	FRUTAS NO PERMITIDAS
<ul style="list-style-type: none"> • Guisantes verdes • Betarraga • Espárragos • Apio • Diente de león • Berenjena • Escarola • Col • Puerro • Mostaza verde • Perejil • Espinacas • Berro 	<ul style="list-style-type: none"> • Zarzamora • Frambuesa • Fresa • Arándano • Cóctel de frutas • Uvas negras • Mandarina • Jugos de frutas altas en oxalatos.

Guía de verduras y frutas para combatir el ácido úrico elevado.

VERDURAS PERMITIDAS	FRUTAS PERMITIDAS
<ul style="list-style-type: none"> • Pepino • Tomate • Ruibarbo • Cebolla • Pimiento • Rábano • Berenjena • Zanahoria • Col de Bruselas • Coliflor • Espárrago blanco cocido, • Acelga 	<ul style="list-style-type: none"> • Todas