

ETAPA DE REMISIÓN

En esta etapa se producen 1-2 deposiciones por día, blandas (o casi blandas), con ausencia de sangre, moco y sin dolor abdominal ni gases.

En general en esta etapa puede llevarse a cabo una alimentación saludable, teniendo precaución con aquellos alimentos que aumentan los síntomas.

Ejemplo de menú en etapa de remisión	
Desayuno	Leche o bebida vegetal a gusto con un bocadillo de pavo
Comida	Gazpacho Tortilla de patatas Macedonia
Merienda	Yogur con fruta
Cena	Hamburguesas y calabacín* Pastel de arroz con melocotón*

*ver receta