

Dieta del Post quirúrgico para una cirugía antirreflujo

Recomendaciones

Al reconstruir el hiato o unión gastroesofágica, tenga en cuenta que puede presentar algo de disfagia o atoro si no sigue con los siguientes consejos:

1. En esta cirugía hay una nueva calibración del sitio que une el esófago con el estomago. Por esta razón debes iniciar con dieta líquida estricta por lo menos en los dos días siguientes del postquirúrgico.
2. Luego inicias en el día 3 posterior a la cirugía dieta blanda que consiste en puré de papa, carne molida y gelatina. Te vas a llenar muy fácilmente con pocas cantidades de alimento, no te preocupes que es normal.
3. Hacia el día 7 del postquirúrgico inicias la dieta solida normal, pero en este momento debo recalcar los siguientes aspectos:
 - Debes partir el bocado que te hechas a la boca a la **MITAD** del que te comías previamente a la cirugía.
 - Debes masticarlo **MUYBIEN**, para ablandarlo lo suficiente.

En el post quirúrgico notarás que te llenas muy rápido. Esto es debido al mecanismo que hemos realizado para evitar que refluayan líquidos y sólidos. Esto puede hacerte perder un poco peso en los primeros meses, pero este efecto es TEMPORAL y luego podrás comer cantidades parecidas a la que ingerías previamente a la cirugía y volverás probablemente a ganar un poco de peso.

Habrás dificultad para eructar, este es un fenómeno que presenta el paciente de reflujo como mecanismo compensador antes de la cirugía al tener que ingerir mas saliva con aire para barrer el acido que logra ascender por el esófago. Por esta razón debes tener calma para eliminar esta costumbre que tenias previamente a la cirugía.

Puedes sentir los primeros días distensión del abdomen por la dificultad para evacuar el aire ingerido, pero esto desaparece al cabo de pocos días.

Mientras deambules más rápido en el post operatorio, tu intestino se moverá más rápido también y eliminaras los gases por el recto y así evitaras esa distensión que a veces molesta.

DEBES EVITAR

1. Consumir bebidas con gas los primeros 2 meses (gaseosas, cervezas, pony malta, sodas) luego los podrás ingerir sin problema.

En general puedes consumir cualquier alimento que venias consumiendo sin problema, pero habrá algunos que habías dejado de consumir por tu reflujo que los puedes volver a ensayar, y algunos los toleraras sin problema.

La leche y sus derivados, el tinto, el café y el limón también los puedes consumir sin problema. Si definitivamente te cae mal algunos de estos alimentos, la recomendación es evitarlos.

Retira de tu cama la posición semi levantada en la cabecera de la cama que tenías previamente a la cirugía si la tenías en esta posición.

No debes consumir más omeprazol en el post quirúrgico a no ser que estuvieras presentando una esofagitis severa previa o tengas concomitantemente una gastritis, para lo cual debes continuar por 4 semanas y luego suspenderlo.

Ponte en contacto con tu medico tratante para cualquier otra inquietud sobre el tu postquirúrgico.

Contáctame:

Dr. Héctor René Hazbón Nieto

Celular: 3157819736

Consultorio: 5922990 ext 321 y 322.