
RECOMENDACIONES NUTRICIONALES

PRECIRUGIA BARIATRICA

Durante **14 DÍAS PREVIOS A LA INTERVENCIÓN QUIRÚRGICA** deberá seguir una dieta de muy bajo contenido calórico. Para ello debe sustituir alguna toma de comida por suplementos nutricionales.

DESAYUNO: 150cc (1 vaso no lleno) de leche desnatada + **1 envase de suplemento.**

MEDIA MAÑANA: **1 envase de suplemento.**

COMIDA: **1 envase de suplemento** más una de las siguientes opciones:

- Máximo de 300 cc de caldo desgrasado de pollo (sin piel) y verduras (zanahoria, puerro, nabo, patata) sin piel y máximo 1 cucharada de aceite de oliva.
- Máximo de 300 cc de caldo desgrasado de carne y verduras (zanahoria, puerro, nabo, patata) sin piel y máximo 1 cucharada de aceite de oliva.
- Máximo de 300 cc de caldo desgrasado de pescado (sin piel) y verduras (zanahoria, puerro, nabo, patata) sin piel y máximo 1 cucharada de aceite de oliva.
- Máximo de 300 cc de sopa (sin fideos) con 1 clara de huevo añadida y máximo 1 cucharada de aceite de oliva.

MERIENDA: 150cc de yogurt liquido desnatado no azucarado o bien un triturado de 2 frutas.

CENA: igual que la comida. (**1 envase de suplemento**)

ANTES DE ACOSTARSE: 150 cc de leche desnatada

Puede consumir libremente agua e infusiones edulcoradas.

Máximo de consumo de aceite al día; 2 cucharadas diarias.

LOS SUPLEMENTOS NUTRICIONALES NO SON FINANCIADOS

VENTA SOLO EN FARMACIA

***UNA VEZ REALIZADA LA CIRUGÍA BARIATRICA
NO SE VUELVE A REALIZAR ESTA DIETA.***