

ALIMENTACIÓN POST-PROCEDIMIENTO DE "RDF DE PALADAR"

DIETA

- ✓ Durante los tres o cuatro días siguientes a la aplicación del procedimiento de Rdf de paladar, el paciente debe seguir una dieta líquida y/o blanda que no requiera masticación, y además tiene que ser fría o tibia, pero nunca caliente.
- ✓ Durante estos tres o cuatro primeros días se deben evitar los alimentos duros, como son: galletas, pan tostado, corteza de pan y carne.

PRIMER DÍA

- Durante las dos o tres primeras horas después de la aplicación de la Rdf de paladar, no debe tomar nada y, después comenzar con **agua** y, si la admite podrá tomar **leche fría, yogurt, flan, natillas, helados, etc.**
Se deben consumir "siempre" fríos.

DESDE EL SEGUNDO AL CUARTO DÍA

- Puede tomar **agua, leche, caldos, sopas hervidas, cremas y purés de patata, legumbres, verduras y hortalizas, fideos finos, pescado hervido y frío, tortilla francesa blanda y fría, quesos blandos, zumo de frutas no ácidas, helados, yogurt, yogurt líquido, mermeladas, compotas, gelatinas de frutas, natillas, arroz con leche, flan, bollos, pan bimbo, etc.**
Se deben consumir "siempre" templados o fríos.

** En caso de pacientes con obesidad o sobre-peso, estos alimentos deben ser integrales, desnatados y bajos en grasa.*

RECOMENDACIONES GENERALES

- El paciente debe mantenerse inicialmente en reposo y, aunque no hace falta que permanezca en la cama, sí es conveniente que esté en casa al día siguiente de la aplicación del procedimiento de Rdf de paladar.
- El paciente no debe hacer esfuerzos con la garganta para eliminar las secreciones. Debe evitar toser y el carraspeo violento, no debe sonarse con fuerza la nariz y, si tiene que estornudar, debe hacerlo "siempre" con la boca abierta.
- El paciente debe estar en un ambiente limpio.
- No debe exponerse a corrientes de aire.
- Debe evitar realizar esfuerzos violentos.
- Recuerde que el dolor de garganta puede ser más intenso el segundo día, incluso más que durante el post-operatorio inmediato.
- No se alarme si presenta placas blancas a nivel del paladar y mal aliento, ya que esto es normal durante el postoperatorio.
- En ocasiones el paciente puede presentar cierta molestia en los oídos, a pesar de no haberse operado de los mismos. Esta molestia desaparecerá de manera natural, a partir del tercer o cuarto día.
- En caso de molestias de oídos y/o garganta se tomarán analgésicos tipo Paracetamol, cada 6 u 8 horas, según sea su intensidad.