

SISTEMA NUTRICIONAL OSM POSERIOR A CIRUGÍA OSM

Con nuestro sistema nutricional el paciente notara la diferencia, ya que esta diseñado para la fase postoperatoria, siendo el avance por fases y con el aporte de nutrientes en forma equilibrada para los pacientes en esta etapa.

Nuestro sistema se enfoca en la pérdida de grasa corporal, lo cual representa la base del tratamiento y no solo repercute en la pérdida de medidas y peso, sino que mantiene la masa muscular y el paciente no siente la debilidad característica de los postoperatorios. Además la desnutrición por falta de grasas esenciales, vitaminas y minerales, no se presenta, ya que la suplementación de estas ya esta equilibrada en la dieta por fases.

Nuestras nutriólogas especializadas manejan pacientes posoperados, ellas los orientan a comer mejor y mas sanamente. **Nosotros no manejamos dietas**, estas representan inhibición y la mayoría de los pacientes las dejan por tener reglas. **Es mejor la ORIENTACIÓN NUTRICIONAL** para que no disminuyan la cantidad de comida, sino que mejoren la calidad y eviten los peligrosos carbohidratos procesados y así como grasas trans o poliinsaturadas.

El objetivo del tratamiento es el **ordenamiento alimentario**, esto significa atacar as causas de la obesidad, que son los DESORDENES ALIMENTARIOS, asesorando al paciente para lograr un control y equilibrio entre la calidad y la frecuencia del alimento ingerido, LA CANTIDAD del alimento estará regulada por la cirugía. El ordenamiento se estimula bajo el nuevo concepto de **COMER CON CONCIENCIA** esto es, la persona aprenderá escoger tanto la calidad como la frecuencia de las comidas.

El paciente con obesidad come inconscientemente, por "instinto", y hay que hacer que la inteligencia domine al instinto, comiendo conscientemente dándose cuenta de que, y con que frecuencia come.

Dentro de la alimentación postoperatoria existen varios puntos, los cuales es importante cuidar para el buen resultado de su tratamiento:

A.- CANTIDAD Y CONSISTENCIA DE ALIMENTO B.- CALIDAD DEL ALIMENTO
C.- FRECUENCIA DE LOS ALIMENTOS D.- TECNICA DE ALIMENTACIÓN

Es importante seguir las instrucciones adecuadas sobre comer y beber justo después de la cirugía, para que la que la nueva estructura del estómago sane completamente. De importancia en las primeras semanas es el **no vomitar**, ya que el esfuerzo puede provocar problemas en las líneas de sutura, con peligrosas fugas y otras complicaciones.

Lo más importante es que hay que **beber y comer en pequeñas cantidades**. Después de la cirugía, se necesita un programa alimenticio enfocado a los nuevos hábitos y estilo de vida que necesitará incorporar, este programa consta de varias etapas semanales, iniciando con líquidos a base de proteína de suero de leche, para poco después ir agregando otros líquidos más completos y pasando a alimentos de consistencia blanda hasta incorporar los alimentos sólidos.

El crear hábitos de alimentación que garanticen la permanencia en el peso y grasa corporal óptimos, además de hacer consciente al paciente que el **Balance** de alimentos, la **Frecuencia** de los tiempos de comida y la **Moderación** deben son los pilares básicos para lograr y mantener nuestro objetivo.

Con la cirugía y nuestro sistema nutricional, nosotros te llevamos al peso ideal para ti, sin embargo el mantenimiento requiere la orientación nutricional y la practica de ejercicio moderado para mantener una buena figura y estar saludable.

www.ObesitySurgeons.com.mx