

Azienda Ospedaliera di rilievo nazionale e di alta specializzazione
"San Giuseppe Moscati" contrada Amoretta, 83100 – Avellino
Centralino: 0825.203111



**Struttura Semplice di
Chirurgia Mininvasiva
dell' addome e del torace**

Responsabile:

dr. Francesco G. Biondo

Sito Web: www.francescobiondo.it

e-mail: fbiondo@virgilio.it

Tel. 0825. 203259 – 203375

Cell. 339.2816388

**Dieta per pazienti operati di
ACALASIA ESOFAGEA**

Informazioni per il paziente

A cura del dr. Francesco G. Biondo

Schema dietetico postoperatorio per l'acalasia esofagea

Con la collaborazione di: Bernadette Marrocoli (Dietista)
Centro di dietologia A. O. "San G. Moscati" - Avellino tel. 0825.203294

N.B.: Non assumere alimenti troppo caldi o troppo freddi, né alcolici, spezie, cibi piccanti e frittiture.
Masticare molto bene tutti gli alimenti prima di inghiottirli.

(prima settimana) *SCHEMA DIETETICO orientativo*

Colazione

*Latte parzialmente scremato 200 mg o orzo o tè o camomilla
Biscotto granulato – Biscotti tipo Plasmon*

Pranzo

*Semolino in brodo vegetale
2 liofilizzati o 2 omogeneizzati di carne (coniglio, pollo, agnello, manzo, maiale)
Omogeneizzato di frutta o frutta cotta*

Spuntino pomeridiano

Latte parzialmente scremato 200 mg con biscotto granulato

Cena

*Crema di riso in brodo vegetale
2 formaggini o 2 liofilizzati o 2 omogeneizzati di pesce
Omogeneizzato di frutta o frutta cotta*

(seconda, terza e quarta settimana)

Colazione

*Latte parzialmente scremato 200 mg
Fette biscottate (circa 4)
Ore 11.00
Frullato di frutta fresca o omogeneizzato di frutta*

Pranzo

*Pasta corta o sottile in brodo vegetale
Carne tritata 100 g (coniglio, pollo, agnello, manzo, maiale) o crema di formaggio dolce
Purea di verdure o passati di patate, di legumi, di ortaggi (carote, bietole, zucchini)
Frullato di frutta fresca o frutta cotta*

Spuntino pomeridiano

Yogurt magro alla frutta

Cena

*Pastina micron in brodo vegetale
2 formaggini o 2 omogeneizzati di pesce o sogliola 100 g
Purea di verdure
Frullato di frutta fresca o frutta cotta*

N.B. Dalla quarta settimana in poi, dieta normale con la raccomandazione di non assumere alimenti troppo caldi o troppo freddi, né alcolici, spezie, cibi piccanti e frittiture per un altro mese

Gentile signora o signore come è stato già informato, nei precedenti colloqui, le vogliamo ricordare che è stato sottoposto a un intervento di miotomia sec. Heller e a una plastica antireflusso sec. Dor.

La plastica antireflusso come più volte le è stato spiegato è necessaria per completare l'intervento di miotomia perché altrimenti si verificherebbe un reflusso gastro-esofageo patologico nel 30 - 60% dei casi trattati con la sola miotomia.

Il confezionamento di una plastica antireflusso a bassa pressione (sec. Dor) in grado di ridurre la percentuale al 3 - 10% nei primi 10 anni.

La percentuale dei pazienti con reflusso acido patologico può crescere però con l'allungamento del periodo di osservazione nel follow-up e rispettivamente a 10, 20 e 30 anni può salire dal 10, al 20 fino al 50 %.

Circa il 10 % di pazienti sottoposto a stimolo acido può sviluppare un esofago di Barrett.

Una piccola percentuale di pazienti (circa il 5%) può essere rioperata per vari motivi tra cui il reflusso acido patologico o le sue conseguenze come la cicatrizzazione della miotomia, la sclerosi periesofagea o l'esofago di Barrett.

Per tutti questi motivi, negli mesi e negli anni successivi al suo intervento, consigliamo vivamente di mantenere uno stile di vita e un'alimentazione che rispetti le seguenti raccomandazioni al fine di ridurre gli effetti, dannosi nel tempo, del reflusso gastro-esofageo

- **masticare bene tutti i cibi**
- **mangiare poco e spesso privilegiando alimenti ricchi di fibre e proteine e ben umettati**
- **preferire alla pasta sottile quella di grossa trafila, bucata e corta**
- **cenare almeno due ore prima di andare a letto**
- **dopo pranzo e dopo cena non sdraiarsi subito ma passeggiare per meglio digerire**
- **non bere alcolici, mangiare spezie, cibi piccanti e frittture**
- **mantenere un peso forma ed evitare il fumo di sigarette**

Consigli dietetici per la malattia da reflusso gastro-esofageo

BEVANDE CONSIGLIATE:

ACQUE ALCALINE (SAN GEMINI, ULIVETO), LATTE SCREMATO , YOGURT, CAFFÈ D'ORZO, LATTE DI RISO

SONO PARTICOLARMENTE INDICATI:

- ☞ CREME DI FORMAGGIO DOLCE
- ☞ CREME DI LATTE, CON O SENZA UOVA E POCO ZUCCHERATE
- ☞ UOVA SE COTTE SENZA GRASSO (SI POTRANNO USARE PADELLE E TEGAMINI ANTIADERENTI) O BOLLITE
- ☞ FIOCCHI D'AVENA SE PASSATI

SONO PERMESSI:

- ☞ OLIO DI OLIVA (PREFERIBILE AL BURRO E ALLA MARGARINA)
- ☞ GRISSINI, FETTE BISCOTTATE (TIPO SALUTE), BISCOTTI COMUNI
- ☞ PANE SE ABBRUSTOLITO O BISCOTTATO
- ☞ PASTE ALIMENTARI SOPRATTUTTO SE BUCATE (IN ACQUA, LATTE O BRODO VEGETALE)
- ☞ LE MINESTRE DI RISO, TAPIOCA, SEMOLINO, PASTINA GLUTINATA
- ☞ LA CARNE MAGRA BOLLITA (VITELLO – POLLO)
- ☞ IL PESCE MAGRO BOLLITO CONDITO CON OLIO
- ☞ LE UOVA FRESCHE E POCO COTTE
- ☞ I FORMAGGI MAGRI NON FERMENTATI E LE MOZZARELLE
- ☞ LE VERDURE BEN PASSATE E COTTE CONDITE CON OLIO
- ☞ I PASSATI DI PATATE, DI LEGUMI, DI ORTAGGI (CAROTE, BIETOLE, ZUCCHINI)
- ☞ LA FRUTTA , SOMMINISTRATA PREFERIBILMENTE COTTA IN ACQUA O FRESCA FRULLATA

SONO PROIBITI:

- ☞ SPEZIE (CANNELLA-NOCE MOSCATO-CURRY), ACETO, SALSE PICCANTI
- ☞ IL PANE CALDO E LA MOLLIKA
- ☞ I GRASSI COTTI, ANIMALI E VEGETALI
- ☞ I BRODI GRASSI DI CARNE E I BRODI RISTRETTI DI CARNE
- ☞ GLI ANTIPASTI, LE CARNI GRASSE, CARNI SALATE O AFFUMICATE O INSACCATE, CACCIAGIONE, SALUMI, ESTRATTI DI CARNE, PESCI GRASSI O CONSERVATI
- ☞ FORMAGGI FERMENTATI O GRASSI, IL MASCARPONE
- ☞ I LEGUMI NON PASSATI, I FUNGHI, I POMODORI NON COTTI, I PEPERONI, IL PREZZEMOLO, IL BASILICO, L' ORIGANO, LA CIPOLLA E L' AGLIO
- ☞ LA FRUTTA SECCA, ARANCE E MANDARINI E ALTRI AGRUMI , DATTERI, CASTAGNE
- ☞ I DOLCI SOPRATTUTTO SE MOLTO ZUCCHERATI, LE MARMELLATE MOLTO DOLCI , LA PANNA , IL CIOCCOLATO E LA MENTA

BEVANDE DA EVITARE:

IL VINO, I LIQUORI, LA BIRRA, GLI APERITIVI ANCHE SE POCO ALCOOLICI, LE BEVANDE GASSATE E ACIDE (SUCCHI DI ARANCIA LIMONE, POMPELMO, POMODORO), LE BEVANDE IN GENERE TROPPO CALDE O TROPPO FREDDE, CAFFÈ, TÈ, CIOCCOLATO, MENTA.

SCHEMA DIETETICO SETTIMANALE ORIENTATIVO

DARE COMUNQUE PRIORITÀ ALLE PREFERENZE E ALL'ESPERIENZA PERSONALE NELLA SCELTA DEL MENU

LUNEDÌ

COLAZIONE

LATTE 150 G CON ZUCCHERO 5 G
FETTE BISCOTTATE N° 3 CON BURRO MAGRO 10 G

ORE 11.00

ORZO CON ZUCCHERO 5 G
BISCOTTI COMUNI N° 2

PRANZO

RISO 60 GR IN BRODO MAGRO DI CARNE
POLLO LESSO (UN'ALA COL PETTO)
CAROTE LESSE PASSATE ALL'OLIO CRUDO
FRUTTA FRULLATA 200 G
FETTE BISCOTTATE N° 2

MERENDA

LATTE 100 G O
FRULLATO DI FRUTTA 200 G
FETTE BISCOTTATE N° 2 CON BURRO 10 G

CENA

PURÈ DI VERDURE MISTE (SENZA IL SEDANO)
UOVO IN CAMICIA* (COTTO IN BRODO LEGGERO VEGETALE)
FRUTTA DI STAGIONE 80 GR
FETTE BISCOTTATE N° 2

MARTEDÌ

COLAZIONE

FIOCCHI D'AVENA PASSATI
BISCOTTI COMUNI N° 2

ORE 11.00

CAFFÈ D'ORZO CON ZUCCHERO 5 G O
FRULLATO DI FRUTTA 150 G

PRANZO

PENNE 100 G AL POMODORO 200 G
PESCE MAGRO LESSO ALL'OLIO
PATATE LESSE PASSATE ALL'OLIO CRUDO
FRUTTA FRULLATA 200 G
FETTE BISCOTTATE N° 2

MERENDA

LATTE CON ZUCCHERO 5 G
BISCOTTI COMUNI N° 2

CENA

TAPIOCA IN BRODO
MOZZARELLA 100 G
FETTE BISCOTTATE N° 2

MERCOLEDÌ

COLAZIONE

FRULLATO DI FRUTTA
FETTE BISCOTTATE N° 2 CON BURRO 10 G

ORE 11.00

CAFFÈ D'ORZO CON ZUCCHERO 5 G
BISCOTTI COMUNI N° 2

PRANZO

PASTINA BUCATA AL BURRO
SCALOPPINA 125 G AL LATTE MAGRO 90 G
FAGIOLINI LESSI PASSATI
FRUTTA FRULLATA 200 G
FETTE BISCOTTATE N° 2

MERENDA

YOGURT BIANCO 1 VASETTO
FETTE BISCOTTATE N° 2 CON BURRO 10 G

CENA

PASTINA IN BRODO
UOVO IN CAMICIA
FRUTTA COTTA SENZA BUCCIA 130 G
FETTE BISCOTTATE N° 2

GIOVEDÌ

COLAZIONE

CAFFÈ D'ORZO CON ZUCCHERO 5 G
PROSCIUTTO MAGRO CRUDO 30 G
GRISSINI N° 4

PRANZO

RISO 100 G AL LATTE MAGRO 200 G
PESCE LESSO
PATATE LESSE
FRUTTA FRULLATA 200 G
FETTE BISCOTTATE N° 2

MERENDA

LATTE 50 G
BISCOTTI N° 4

CENA

PURÈ DI SPINACI 150 G
RICOTTA IN CESTINO 150 G
FRUTTA COTTA SENZA BUCCIA
FETTE BISCOTTATE N° 3

VENERDÌ

COLAZIONE

FIOCCHI D'AVENA PASSATI
FETTE BISCOTTATE N° 2 CON BURRO 10 G

ORE 11.00

CAFFÈ D'ORZO O
LATTE 50 G
BISCOTTI N° 2

PRANZO

SEMOLINO 40 G
CARNE LESSA 75 G
CAVOLFIORE LESSO PASSATO
FRUTTA FRULLATA 200 G
FETTE BISCOTTATE N° 2

CENA

CREMA DI CAROTE 100 G
SOUFFLÈ DI UOVA N° 1
FRULLATO DI PERA
FETTE BISCOTTATE N° 2

SABATO

COLAZIONE

LATTE 100 GR
BISCOTTI N° 4 CON BURRO 10 G

ORE 11.00

CAFFÈ D'ORZO CON ZUCCHERO 5 G O
FRULLATO DI FRUTTA 150 G

PRANZO

PASTA CON SALSA FRESCA
SOGLIOLA
FINOCCHI SCALDATI
FRUTTA FRULLATA 200 G
FETTE BISCOTTATE N°2

MERENDA

FETTE BISCOTTATE N° 4 CON BURRO 10 G

CENA

PURÈ DI PATATE (200 G)
BEL PAESE 50 G
FRUTTA COTTA SENZA BUCCIA
FETTE BISCOTTATE N° 2

DOMENICA

COLAZIONE

LATTE 100 G
PROSCIUTTO CRUDO 30 G
GRISSINI N° 4

ORE 11.00

CAFFÈ D'ORZO CON ZUCCHERO 5 G O
LATTE 50 G CON BISCOTTI N° 2

PRANZO

MEZZANI ALLA BECHAMEL
CARNE LESSA
ASPARAGI LESSI PASSATI
FRUTTA FRULLATA 200 G
FETTE BISCOTTATE N° 2

MERENDA

YOGURT 1 VASETTO
BISCOTTI N° 2

CENA

MINISTRA DI ZUCCA PASSATA 300 G
RICOTTA IN CESTINO 150 G
MACEDONIA DI FRUTTA COTTA 200 G
BISCOTTI N° 2