

Alimentación antes y después de la cirugía

Es fundamental que el paciente afronte una cirugía de riñón con el mejor estado nutricional posible.

nutriactivos

El canal de nutrición para las personas con Cáncer Renal

Cualquier persona que pueda tener o conviva con un cáncer debe mantener un adecuado estado nutricional en todo momento. Es fundamental llevar una dieta equilibrada y tener hábitos de estilo de vida saludables en todas las fases de la enfermedad. Un buen estado nutricional conlleva mejor tolerancia a los tratamientos, favorece la recuperación y mejora la calidad de vida.

Alimentación previa a la cirugía

En función de la técnica quirúrgica que vaya a utilizarse y del estado nutricional previo, el paciente deberá seguir unas recomendaciones específicas.

Cirugía laparoscópica

Al ser poco invasiva, habitualmente no precisa ninguna intervención especial más allá del consejo nutricional básico, hidratación adecuada y ejercicio físico adaptado.

Cirugía abierta

Requiere forzar el aporte energético-proteico que garantice una correcta cicatrización y recuperación rápida.

Si existe una desnutrición previa

Su equipo médico valorará la necesidad de seguir una dieta específica y/o el uso de suplementos orales para ayudarle a alcanzar un estado nutricional óptimo lo más rápido posible.

Alimentación tras la cirugía:

Después de la intervención quirúrgica, la reintroducción de la alimentación debe ser progresiva:



Primera etapa, recuperación en el hospital

Tras las primeras horas lo habitual es realizar una introducción temprana de la alimentación. Empezando por una dieta líquida, después blanda y por último basal. En ciertos casos, y a criterio del médico nutricionista, puede ser necesario incluir algún tipo de preparado o suplemento oral.



Segunda etapa, recuperación en casa

Cuando el paciente ya no necesita cuidados hospitalarios, habitualmente después de 2-4 días en cirugía laparoscópica y entre 4-7 días para cirugía abierta, se le da el alta para que continúe con la recuperación en casa. A partir de aquí se deberá seguir unas recomendaciones según la capacidad de función renal que mantenga la persona.

Si la función renal es normal, en general solo será necesario seguir recomendaciones de hábitos saludables.

Si hay afectación de la función renal, lo habitual es que el paciente reciba por parte de su equipo médico o nutricionista unas recomendaciones sobre las pautas a seguir. Para más información puede también consultar el capítulo de Insuficiencia Renal en esta plataforma (www.nutriactivos-renal.com).

Recomendaciones generales:



Realizar ejercicio físico adaptado y moderado.



Realizar cocciones suaves y de fácil digestión.



Tener una correcta hidratación.



Llevar una alimentación variada, asegurando la cantidad de proteína ingerida, realizando comidas completas y fomentando producto fresco y de temporada.



Realizar comidas frecuentes, de pequeño volumen pero platos nutritivos y de alto valor nutricional.



Uso de aceite de oliva virgen y especias.

Limitar el consumo de:



Sal



Azúcares



Proteína animal en la dieta



Alimentos con alto contenido en potasio



Alimentos procesados muy ricos en fósforo