

# 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](http://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:



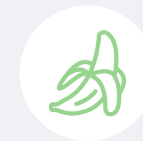
Sal



Azúcares



Proteína animal en la dieta



Alimentos con alto contenido en potasio



Alimentos procesados muy ricos en fósforo