Dr. Guillermo Reyes
CIRUJANO DIGESTIVO Y BARIÁTRICO

DIETA POSTOPERATORIA

Guía de líquidos según la etapa indicada por tu equipo

LUCHA CONTRA LA OBESIDAD

SUAVE, COLADO Y CON PROTEÍNA

Sigue las cantidades y frecuencias de tu pauta

SI ESTÁS EN LÍQUIDOS CLAROS

Solo líquidos autorizados, claros y sin partículas. Leche, yogur y cremas corresponden a otra etapa.

LA TABLA ES PARA LÍQUIDOS COMPLETOS

Úsala cuando tu equipo autorice esta fase. Todo debe quedar liso, sin trozos y con el espesor indicado.

TUS TOMAS DEL DÍA

Opciones para alternar

DESAYUNO	Leche descremada o yogur líquido liso, sin azúcar añadida ni trozos.
MEDIA MAÑANA	Bebida o suplemento proteico indicado por tu equipo.
ALMUERZO	Sopa autorizada, licuada y colada. Completa la proteína según tu plan.
MERIENDA	Yogur líquido liso o bebida proteica autorizada.
CENA	Otra sopa o crema fluida autorizada, colada y con la proteína indicada.

TU COLADOR DEL KIT



1. **PREPARA**
   Cocina y retira huesos, piel y grasa.
2. **CUELA**
   Malla fina limpia, sin forzar residuos.
3. **SIRVE**
   Sin trozos y con el espesor indicado.

CAMBIA DE SABOR EN LA FASE DE LÍQUIDOS COMPLETOS AUTORIZADOS

- **GALLINA O POLLO** — Desgrasado y colado.
- **RES** — Sin grasa ni sólidos.
- **PESCADO** — Sin espinas ni partículas.
- **MENESTRÓN** — Adaptado a tu fase.
- **VERDURAS** — Crema fluida autorizada.

El caldo solo puede aportar muy poca proteína. Completa tu aporte según la pauta.

Toma sorbos pequeños y registra tus líquidos. Avanza de fase cuando tu equipo lo indique.

Si vomitas persistentemente o no puedes mantener líquidos, contacta de inmediato a tu equipo.

CONSULTORIO 921 487 017 · POSTOPERATORIO 966 200 660