

## Preparación Preoperatoria

Después de su intervención quirúrgica, va a necesitar comer una dieta blanda por 7 días. Estas comidas blandas le van a ayudar a su boca recuperarse más rápidamente y fácilmente.

### Comidas blandas para comer

- Jugos de manzana o uva
- Jugos de vegetales
- Tes
- Gelatina
- Puré de manzana
- Fruta de lata: durazno, peras
- Vegetales enlatados
- Huevos
- Puré de papa
- Pescado
- Frijoles bien cocinados: lentejas, frijoles negros
- Sopas: caldo de pollo, caldo de res
- Tofu
- Arroz y fideos

---

### Después de 24 Horas

- Nieve
- Yogúr
- Budín
- Licuados de leche
- Licuados con proteína
- Requesón

Todos los movimientos de su boca deben ser muy suaves por los siguientes 7 días.

**No** tome líquidos con popote, **No** escupa, **No** chupe, **No** chupe hielo, **No** coma dulces duros, **No Fume**.

\* Todos estos movimientos jalan y estiran su herida. Ésto perturba la curación, los puntos de sutura de la boca y la recuperación resulta más lenta. Esto puede causar un hueco seco y muy doloroso y puede resultar con cicatrización.

### Comidas que debe evitar

- No jugo de naranja, ni de toronja, ningún jugo cítrico
- No comidas picantes
- No pizza
- No palomitas
- No tacos duros
- No bagels
- No zanahorias ni manzanas crudas
- No nueces
- No papitas

- No fruta seca
- No chicle