

Dieta para la endoprótesis esofágica o duodenal (Esophageal or Duodenal Stent Diet)

Información sobre la endoprótesis esofágica o duodenal

- La endoprótesis esofágica o duodenal consiste en un tubo metálico hueco y flexible que se coloca en una parte estrecha o pequeña del esófago o el intestino delgado.
- Puede ser necesario colocar una endoprótesis para facilitar el paso de los alimentos por una parte estrecha del esófago o el intestino delgado.
- Durante los primeros días, la endoprótesis se irá agrandando poco a poco a medida que se asiente en su lugar.
- La colocación de la endoprótesis provocará reflujo. Pregunte al médico si le es conveniente tomar un inhibidor de la bomba de protones (PPI).

Recomendaciones de alimentación con la endoprótesis esofágica o duodenal

- Coma con lentitud.
- Ingiera pequeños bocados.
- Siéntese erguido mientras come.
- Permanezca sentado erguido durante 30 o 60 minutos después de comer.
- Beba líquido con cada vez que trague comida.
- Duerma con la cabecera de la cama elevada.

Información nutricional sobre la endoprótesis esofágica o duodenal

Algunas personas adelgazan tras la colocación de la endoprótesis. Para evitar que esto suceda, es posible que necesite tomar suplementos nutricionales o batidos caseros. Estos suplementos incluyen los siguientes:

- Boost, Ensure o marca genérica similar.
- NutraShake.
- Desayuno instantáneo Carnation o marca equivalente.
- Batidos caseros con leche.
 - Intente mezclar uno de los suplementos mencionados con hielo, helado, sorbete o sorbete sin lácteos.

Información sobre la dieta de la endoprótesis esofágica o duodenal

- Deberá tener cuidado con lo que come y cómo lo come para que la endoprótesis no se obstruya.
- Es importante que los alimentos que ingiera sean húmedos, blandos y fáciles de tragar para que la endoprótesis no se obstruya.
- Debe comer entre 5 y 6 veces al día. Si siente que los alimentos se le atascan en la garganta, beba sorbos de un refresco carbonatado. Se recomienda hacerlo varias veces al día, sobre todo antes y después de comer.
- Si sigue teniendo problemas para tragar o presenta tos que no desaparece o problemas respiratorios, llame de inmediato al médico gastroenterólogo.
- Es importante que los alimentos que ingiera sean húmedos, blandos y fáciles de tragar para que la endoprótesis no se obstruya.
- También es una buena idea consumir muchos tipos diferentes de alimentos para asegurarse de nutrirse lo suficiente.
- A continuación, se incluyen algunos de los alimentos sugeridos:
 - sopa con crema o leche para aumentar las calorías;
 - huevos (cocidos, blandos, revueltos o en tortilla);

- jugo, frutas enlatadas o frutas coladas para bebés;
- verduras bien cocidas, suaves y sin piel;
- puré de verduras o papillas coladas para bebés;
- cereales cocidos, arroz blando y húmedo, tortitas o gofres;
- puré de papas con mantequilla o queso fresco;
- batatas, boniatos o papas asadas sin piel;
- sorbete, helado, yogures congelados, gelatina, pudín, mousse o natillas;
- leche, yogur, natillas, helado o queso.

Use la tabla como ayuda para elegir alimentos seguros:

Grupo de alimentos	Recomendados	Los que debe evitar
Fruta	<ul style="list-style-type: none"> - Fruta fresca blanda (sin piel ni semillas) - Frutas cocidas o enlatadas - Puré de frutas o compota de manzana - Jugo de frutas - Batidos de frutas (cuele las semillas y la piel) 	<ul style="list-style-type: none"> - Fruta crocante - Fruta fresca con piel - Bayas con piel, semillas o huesos - Frutas fibrosas (por ejemplo, naranja, pomelo o piña) - Frutas desecadas
Verduras	<ul style="list-style-type: none"> - Puré de papas con mantequilla, margarina o salsa espesa - Pulpa de papas asadas (sin piel) con mantequilla, margarina o salsa espesa - Verdura blanda picada o en puré humedecida con salsa, mantequilla o margarina - Jugo de verduras 	<ul style="list-style-type: none"> - Verduras fibrosas (por ejemplo, apio o judías verdes) - Maíz - Guisantes - Piel de papas - Verduras de hoja verde - Ensaladas con verduras de hojas verdes - Verduras crudas o voluminosas, como ensaladas o apio
Cereales	<ul style="list-style-type: none"> - Arroz, cebada, quinoa o cuscús - Pasta blanda o fideos con salsa - Cereales calientes (por ejemplo, avena o crema de trigo) - Cereales fríos, ablandados con leche de 5 a 10 minutos (por ejemplo, Rice Krispies, Corn Flakes, Bran Flakes, Shreddies) - Panecillo o galleta ablandados con leche - Tortitas o gofres ablandados con jarabe - Galletas saladas con salsa para mojar (por ejemplo, hummus o guacamole) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pan - Galletas saladas secas - Crutones - Cereales de granola o cualquier otro cereal seco - Cereales con frutas desecadas o nueces y semillas - Papas fritas - Pretzels - Palomitas de maíz
Lácteos	<ul style="list-style-type: none"> - Leche - Yogur - Requesón 	<ul style="list-style-type: none"> - Quesos duros

	<ul style="list-style-type: none"> - Ricota - Queso rallado o en tiras, o rebanadas de queso - Salsa de queso 	
Carne, aves, pescado y alternativas a la carne	<ul style="list-style-type: none"> - Carne picada o de ave con salsa espesa - Carne picada o de ave cortada en dados de 1 cm o menos, humedecida con salsa - Pescado húmedo y que se descama - Salsa de carne - Cazuela de carne, aves o pescado - Huevos revueltos, pasados por agua, escalfados o fritos - Quiche con corteza blanda - Puré de judías o lentejas tiernas, o hummus - Tofu 	<ul style="list-style-type: none"> - Carne dura - Carnes, aves y pescados no picados - Pescado con espinas - Huevo duro - Mantequilla de maní - Tocino
Postres	<ul style="list-style-type: none"> - Pudín, natillas, mousse o gelatina - Helado cremoso 	<ul style="list-style-type: none"> - Galletas dulces crocantes - Postres con corteza dura o quebradiza - Postre con frutos secos, coco y fruta - Galletas dulces y duras elaboradas con frutos secos o fruta