

## NORMAS PARA LOS PACIENTES CON PRÓTESIS ESOFÁGICA

Se le ha colocado un tubo metálico en la parte estrecha de su esófago (conducto entre la garganta y el estómago) para permitirle comer. Estas normas tienen la finalidad de informarle sobre lo que debe hacer para conseguir los máximos beneficios y evitar en lo posible las complicaciones. No dude en consultar si tiene alguna duda acerca de estas instrucciones.

### Dieta

Puede tomar líquidos o purés. También puede tomar algunos alimentos sólidos, aunque debe seguir las siguientes normas para evitar la obstrucción de la prótesis:

- Coma despacio: no trate de seguir el ritmo de los demás.
- Corte bien los alimentos, evitando tragar grandes bocados y teniendo especial cuidado con los alimentos fibrosos o correosos (sobre todo la carne), ya que podrían obstruir el tubo. Debe evitar gajos de naranja o pomelo, pieles de frutas, verduras de hojas rígidas y cereales gruesos.
- Mastique los alimentos durante un tiempo doble de lo normal. Si usa dentadura postiza, llévela puesta. Si no se encuentra cómodo con ella consulte a su dentista lo antes posible.
- Siéntese en una posición erguida mientras come. Conviene utilizar una silla de respaldo recto.
- Beba mucha agua en las comidas y tome siempre una bebida con gas al acabar (p. ej. agua mineral con gas).
- Todos los medicamentos se han de fragmentar o desmenuzar y se deben tomar acompañadas de líquido.

Si nota dificultad en el paso de alimentos por el esófago (dificultad para tragar), es probable que se haya obstruido la prótesis. Trate de resolver la obstrucción tomando pequeños sorbos de una bebida con gas y paseando. Si no puede tragar líquido alguno, no tome más alimentos y solicite ayuda médica.

### Reflujo gastro-esofágico

Si el extremo final de la prótesis está en el estómago puede haber reflujo del contenido del estómago hacia el esófago, sobre todo cuando esté acostado. Para evitar el reflujo gastro-esofágico:

- Haga comidas menos abundantes y más divididas a lo largo del día.
- No se acueste hasta 2-3 horas después de haber comido.
- Levante el cabecero de la cama, sobre todo si tiene síntomas por la noche, para lo cual se deben poner unos tacos de madera (15-20 cm) debajo de las patas de dicho cabecero. No es útil utilizar almohadas, porque lo único que se consigue así es flexionar el tronco y aumentar el reflujo.
- Puede ser necesario que su médico le prescriba una medicación que reduzca el ácido del estómago.