



**ASU FC Azienda sanitaria
universitaria Friuli Centrale**

Dipartimento Testa-Collo e Neuroscienze

SOC Clinica di Chirurgia Maxillo-Facciale

**SOSD Delle Professioni Tecnico Diagnostiche
Assistenziali Ospedaliere
Area Dietisti**

Consigli utili per la nutrizione del paziente ortognatico in Chirurgia Maxillo-Facciale

Informazioni generali per il paziente



Direttore SOC Clinica Di Chirurgia Maxillo-Facciale
Prof. Massimo Robiony

Incaricato di Funzioni Organizzative Area Dietisti
Dr.ssa Laura Di Meo

Sommario

1. Premessa	3
2. Le diete	4
Step 1: la Dieta liquida non corpuscolata	5
Step 2: la Dieta semiliquida	8
Step 3: la Dieta morbida.....	11
3. Raccomandazioni	13
4. Contatti Dietiste.....	14
5. Contatti e Sede Soc Clinica di Chirurgia Maxillo-Facciale	15

1. Premessa

L'approccio chirurgico in ambito maxillo-facciale è indispensabile per alcuni scopi, quali

- **ridurre** le fratture a seguito di traumi, che coinvolgono viso e mascella
- **allineare** il "morso" (cioè il modo in cui i denti si allineano a bocca stretta)
- **correggere** asimmetrie del viso, menti sfuggenti, mascelle sporgenti

ovvero tutti gli interventi che rientrano nell'ambito della cosiddetta "**chirurgia ortognatica**".

Dal punto di vista **nutrizionale** il primo concetto da chiarire è che il paziente, sottoposto ad intervento, deve mangiare senza necessariamente diminuire l'apporto dei nutrienti assunti con la normale alimentazione, quindi deve **mantenere** le quantità sia caloriche che di altri nutrienti in particolare di proteine, carboidrati e liquidi.

La **consistenza** degli alimenti cambia, in relazione al tipo di intervento chirurgico subito, da **liquida**, **semiliquida** a **semisolida** per garantire una corretta copertura dei fabbisogni calorico/proteici ed idrico evitando la perdita di peso corporeo e stati carenziali e **favorire** il recupero ottimale dal percorso chirurgico.

Per ottenere quanto sopra indicato, comprendendo che il processo di alimentazione è molto più lento nel paziente operato, dobbiamo **frazionare** l'alimentazione in

6-7 pasti di piccolo volume nell'arco della giornata, quindi seguire attentamente un percorso di **riabilitazione della nostra bocca**, al fine di stabilizzare il risultato definitivo dell'intervento.

Soprattutto nella fase iniziale, quando la dieta è di consistenza totalmente liquida non corpuscolata, è sempre consigliato **integrare** la dieta con supplementi nutrizionali orali (ONS) con elevata densità calorico/proteica in forma liquida (almeno 2-3 brick die)



2. Le diete

Di seguito divideremo e descriveremo il tipo di dieta che potrai assumere secondo le tre consistenze che seguono il periodo post operatorio, ovvero

- Dieta liquida non corpuscolata
- Dieta semiliquida
- Dieta morbida

Step 1: la Dieta liquida non corpuscolata

La consistenza delle pietanze che si possono consumare dopo l'intervento sarà **inizialmente** liquida non corpuscolata, da assumersi con **siringa** o **cannuccia** e, nel corso delle settimane successive, diventerà più solida. Raccomandata l'assunzione di liquidi che abbiano una consistenza calorica maggiore rispetto ai liquidi chiari tipo tè, tisane, infusi.

1. A colazione, ma non solo, preferire il consumo di **latte** intero, o, per gli intolleranti al lattosio, latte delattosato o **bevanda vegetale** a base di soya, dal momento che si presentano già come liquidi non corpuscolati e sono un'ottima fonte di **calorie** e **proteine**.
2. Per quanto riguarda le fonti di **carboidrati** per la prima colazione si consigliano **biscotti granulari** poiché rapidamente solubili nei liquidi
3. Tra le fonti **proteiche** da consumare nei pasti principali gli **omogeneizzati** di carne o pesce presentano la consistenza ottimale, ma vanno sempre diluiti con brodo e devono essere assunti almeno in quantità di n.2 per pasto.
4. In alternativa agli omogeneizzati si possono usare **formaggi** prima infanzia ben sciolti almeno n.3 per pasto
5. Sconsigliato il consumo di **carne frullata** poiché, anche se passata al colino e diluita con brodo, potrebbero risultare asciutta e di consistenza poco omogenea.
6. Per quanto riguarda le temperature l'indicazione è di assumere cibi liquidi **freddi**.

7. **Evitare** l'utilizzo delle spezie poiché risultano irritanti sulla mucosa del cavo orale.



Giornata tipo	Possibili sostituzioni
<p><u>COLAZIONE</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Una tazza di latte* intero -2 cucchiaini colmi di biscotto granulare *è possibile aggiungere caffè, orzo o cacao 	<ul style="list-style-type: none"> - un bicchiere di yogurt liquido (da bere) – 1 bicchiere di bevanda vegetale (latte di soya) o latte delattosato - 3/4 biscotti per la prima infanzia da sciogliere
<p><u>SPUNTINO</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - yogurt da bere ½ bicchiere - 1 bicchiere di centrifugato di frutta/verdura 1 bicchiere 	<ul style="list-style-type: none"> - latte e cacao ½ bicchiere - gelato ben sciolto e allungato con latte

<ul style="list-style-type: none"> - 1 bicchiere di succo di frutta limpido, senza polpa tipo succo di mela o mirtillo / frutti di bosco 	<ul style="list-style-type: none"> -supplemento nutrizionale calorico-proteico 1 brick
<p><u>PRANZO (Piatto unico)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - brodo vegetale 1 tazza + un cucchiaino di grana + olio EVO+ - n.2 omogeneizzati di carne o pesce 	
<p><u>SPUNTINO:</u> come a metà mattina</p>	
<p><u>CENA (Piatto unico)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - una scodella di passato di verdure molto liquido preparato con patata, zuccina e carota*, filtrato con il colino e diluito con brodo vegetale + un cucchiaino di grana +1 cucchiaio di olio EVO - n.3 formaggini prima infanzia ben sciolti 	<ul style="list-style-type: none"> * evitare di usare verdure fibrose come sedano, bieta, finocchi, etc..
<p><u>SPUNTINO DOPO CENA</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Una tazza di latte o bevanda vegetale di soya o1 brick di <u>supplemento nutrizionale calorico-proteico</u> 	

Step 2: la Dieta semiliquida

Il decorso post-operatorio può essere **soggettivo** e dipende dal **tipo** di intervento.

A partire dalla seconda settimana, anche se vi sarà ancora infiammazione, il disagio inizierà ad essere minore e potrebbe essere possibile modificare la dieta verso una consistenza **semiliquida morbida**, da assumere non più tramite siringa o cannuccia, ma con un **cucchiaino** (di metallo o di silicone per un impatto più morbido con le labbra o le gengive).

Nella preparazione dei primi piatti, sempre in brodo, andranno aggiunti 3-4 cucchiaini colmi di **semolino** o **farina di riso** o di **mais** o **pastina ben cotta** da frullare con il brodo



Giornata tipo	Possibili sostituzioni
<u>COLAZIONE</u> - Una tazza di latte intero*	- yogurt da bere o bevanda vegetale (latte di soya) o latte delattosato 1 tazza

<p>- 4-5 biscotti per la prima infanzia da sciogliere</p> <p>*è possibile aggiungere caffè, orzo o cacao</p>	<p>- fette biscottate 3-4 o ciambella morbida 1 fetta da inzuppare</p>
<p><u>SPUNTINO metà mattina e pomeriggio</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - yogurt 1 vasetto - frappè o frullati di frutta 1 bicchiere - succo di frutta 1 bicchiere 	<ul style="list-style-type: none"> - 1 tazza di latte e cacao - una coppetta di gelato ben sciolto e allungato con latte
<p><u>PRANZO</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - pastina 3 cucchiari frullata o ben cotta in brodo vegetale + 1-2 cucchiaini di grana + 1 cucchiario di olio EVO - una fettina media di carne bianca lessata e frullata con l'aggiunta di brodo o besciamella 3-4 cucchiari 	<ul style="list-style-type: none"> - semolino o crema di riso o di mais 3 cucchiari cotti in brodo + 1 cucchiario di olio EVO e grana - una porzione di stracchino o ricotta ammorbiditi nel brodo - frullato di tonno (1 scatoletta) e ricotta 1 porzione o altro formaggio spalmabile + brodo vegetale q.b. - frullato di prosciutto cotto 4-5 fette e ricotta 1 porzione o altro formaggio spalmabile + brodo vegetale q.b. + grana 2 cucchiari e olio 1 cucchiario

CENA

- una scodella di passato di verdure preparato con patata, zucchina e carota + legumi cotti 2 cucchiai +brodo vegetale q.b. + un cucchiaino di grana +1 cucchiaio di olio EVO

-formaggio morbido 1 porzione + con affettato di tacchino 4-5 fette tutto frullato

-Pastina 3 cucchiai ben cotta in brodo vegetale +verdure frullate

-Frullato di prosciutto cotto 4-5 fette o tonno 1 scatoletta con ricotta o robiola 1 porzione media

-Diluire tutto in relazione alla consistenza meglio tollerata

SPUNTINO DOPO CENA

-1 tazza di latte o bevanda vegetale di soya o 1 brick di supplemento nutrizionale calorico-proteico

Step 3: la Dieta morbida

Dopo qualche settimana sarai in grado di mangiare **cibi solidi morbidi**.

A seconda del grado di recupero è possibile provare ad aumentare le quantità ed a consumare alimenti **te-neri**.

Si consiglia di

- prolungare di qualche minuto la cottura di pasta e riso preferendo formati piccoli che permettano una cottura omogenea (risoni, tempestina, filini all'uovo etc.)
- condire in modo che la preparazione mantenga una consistenza morbida con l'accortezza di ingerire bocconi piccoli e di masticare bene.



Di seguito un esempio di giornata alimentare:

Giornata tipo	Possibili sostituzioni
<u>COLAZIONE</u> - Una tazza di latte intero o parzialmente scremato - biscotti 4-5 frollini o secchi da inzuppare -Miele 2 cucchiaini	-Un vasetto di yogurt intero o yogurt greco oppure una tazza di bevanda vegetale -Torta morbida 1 fetta o fette biscottate 4-5 da inzuppare -Marmellata 3 cucchiaini

<p><u>SPUNTINO</u> -plum cake 1 porzione o torta morbida 1 fetta inzuppata nel latte ½ bicchiere</p>	<p>-Un vasetto di yogurt intero+ biscotti sbriciolati 4-5</p>
<p><u>PRANZO</u> - una porzione media di pasta o riso ben cotti+ al pomodoro abbondante + formaggio grattugiato 2 cucchiaini - Una porzione media di carne frullata o ragù macinato fino 4 cucchiari - Una porzione di verdura cotta Iniziare con patate/carote/zucchine lesse ½ piatto</p>	<p>– una porzione di pastina 3-4 cucchiari da minestra lasciata brodosa + un cucchiaino di formaggio grattugiato – Un filetto di platessa morbido +1 cucchiaino di olio EVO o maionese 1-2 cucchiari – prosciutto cotto 4-5 fette affettato finemente. – Purè di patate o carote 3 cucchiari colmi</p>
<p><u>SPUNTINO</u> - Un frappè di frutta 1 bicchiere - biscotti prima infanzia 4-5</p>	<p>- Un vasetto di yogurt magro o una mousse di frutta - 2 cucchiari di biscotto granulare o biscotti secchi</p>
<p><u>CENA</u> - ½ porzione di pasta o riso ben cotti+ un cucchiaino di grana+ olio 1 cucchiaino</p>	<p>- ½ porzione di pastina da minestra lasciata brodosa + un cucchiaino di grana</p>

<ul style="list-style-type: none"> - Una porzione di formaggio morbido - Una piccola porzione di verdura cotta condita con olio 1 cucchiaio Iniziare con patate/carote/zucchine lesse ½ piatto 	<ul style="list-style-type: none"> - N°2 uova alla coque o frittatina morbida con verdure - Pesce 1 filetto lesso con olio 1 cucchiaio - Purè di legumi 3 cucchiaini +olio 1 cucchiaio
---	---

Si raccomanda di aggiungere olio EVO a crudo per rendere cremose la preparazione e, per aumentare il tenore calorico, si possono utilizzare anche le salse tipo maionese o salsa tonnata

3. Raccomandazioni

Ricordiamo l'importanza dell'igiene orale dopo ogni pasto, al fine di non lasciare residui alimentari che potrebbero favorire l'insorgenza di infezioni, specie in un momento delicato, come il periodo successivo all'intervento.

Questo favorirà la guarigione delle ferite chirurgiche e un buon decorso post operatorio.



4. Contatti Dietiste

Se hai dubbi o in caso di necessità dal punto di vista dietetico, puoi contattare la **segreteria** e rilasciare il nome ed il numero di telefono, successivamente verrai ricontattato dal Dietista

Giornate e Orario di contatto	Numero di telefono Segreteria
Dal lunedì al venerdì Dalle ore 8.00-10.00	Tel. 0432-552253



5. Contatti e Sede Soc Clinica di Chirurgia Maxillo-Facciale

Azienda Sanitaria Universitaria Friuli Centrale (ASU FC)
POU Santa Maria della Misericordia
piazzale Santa Maria della Misericordia 15
33100 Udine

SOC Clinica di Chirurgia Maxillo Facciale

Segreteria Direzione

telefono 0432 559422, fax 0432 559868
email: clinicachirurgiamaxillofacciale@asufc.sanita.fvg.it
Padiglione n. 5, 2° piano

Degenza

Area Degenze Multispecialistiche SMM
Telefono 0432 552518
Padiglione n. 5, 2° piano

Area Ambulatoriale

Segreteria

Telefono 0432 559455
Padiglione n. 15, piano terra, ala est

Gruppo di redazione

Laura Di Meo
Incarico Funzione. Organizzativa Area Dietisti
Eugenia Tonuf Dietista
Elena Bocin, Soc Chirurgia Maxillo-facciale
Laura Guerra
Incaricato di funzione Organizzativa Area Degenze Multispecialistiche SMM

AGGIORNAMENTO Luglio 2024