



Dieta morbida

Dopo un intervento di chirurgia orale o dopo un qualsiasi intervento invasivo che abbia provocato lesioni temporanee, sanguinamento, gonfiore, ecc., oltre a rispettare le buone norme suggerite dal dentista, quali non fumare, non assumere alcolici, non bere caffè, parlare poco per evitare eventuali stiramenti della zona interessata dall'intervento, lavarsi i denti senza spazzolare la zona interessata e sciacquare la bocca con collutorio, è indispensabile seguire una dieta liquida ad alto contenuto proteico per le 24 ore successive all'intervento, per poi proseguire con una dieta morbida per le successive 48 ore.

Innanzitutto, nelle 12 ore successive all'intervento non bere assolutamente bevande alcoliche e non assumere cibi o bevande calde.

Poi, seguire attentamente le seguenti indicazioni:

Bevande ammesse: bevande gassate, bevande di cereali, caffè, tè, latte, bevande al latte

Bevande escluse: alcoolici

Pane ammesso: panini morbidi, mollica

Pane escluso: pane con crosta, cracker contenenti farina di grano intero o crusca, grissini, frittelle, cialde

Cereali ammessi: cereali di grano, riso e frumento raffinati cotti, farina d'avena, cereali preparati commercialmente da grano o riso

Cereali esclusi: cereali a grano intero

Dessert ammessi: torte, focacce, creme, succhi di frutta, dessert di gelatina, gelati, budini, dessert tutti senza noci e senza frutta, eccetto la frutta indicata sotto "frutta ammessa"

Dessert esclusi: tutti gli altri

Grassi ammessi: burro, crema, margarina, olio di oliva o semi vari

Grassi esclusi: tutti gli altri

Frutta ammessa: tutti i succhi, banana, mele cotte o in scatola, albicocche, ciliegie, pesche, pere, cotte o in scatola, tutte senza pelle dura, purea di frutta secca

Frutta esclusa: tutti gli altri

Carne, uova, formaggio ammessi: pancetta, carne tenera, pesce o pollame, uova, formaggio Cheddar usato per cuocere, formaggio cremoso

Carne, uova, formaggio esclusi: carne dura, carne fritta, altri formaggi

Patate o sostituti ammessi: patate, maccheroni, fettuccine, riso raffinato, spaghetti

Patate o sostituti esclusi: patate fritte, riso grano intero

Minestre ammesse: brodo, qualsiasi minestra con cibi permessi

Minestre escluse: qualsiasi altra

Dolci ammessi: canditi, eccetto quelli indicati sotto "dolci esclusi", miele, marmellate da frutti indicati sotto "frutta ammessa", gelatina, melasse, sciroppi, zucchero, tutto con moderazione

Dolci esclusi: canditi con frutta o noci, marmellata eccetto quella da frutti indicati sotto "frutta ammessa"

Verdura ammessa: tutta purché passata

Verdura esclusa: tutta se non passata

Varie ammesse: sugo, erbe, sale, spezie, aceto, salsa bianca

Varie escluse: noci, olive, sottaceti, popcorn