

**S.C. Endoscopia Diagnostica e Chirurgia Endoscopica**

**Direttore: Dott. Enzo Masci**

Segreteria: Tel 02 23902242 – Prenotazioni CUP: Tel 02 23901

**RACCOMANDAZIONI DIETETICHE**

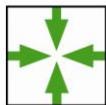
**Fase 1. DIETA A RIDOTTO APPORTO DI FIBRA**

*“Va seguita fino al momento in cui si inizia  
la preparazione il giorno prima dell’esame”(vedi fase 2.)*

La fibra è la porzione dei vegetali che l'uomo non è in grado di digerire; si trova nei cereali, legumi, verdure e frutta.

La dieta a ridotto apporto di fibra va, di regola, seguita nei **3 giorni che precedono la preparazione intestinale**, per limitare il contenuto di feci nel colon e ridurre il rischio di dover ripetere l'esame endoscopico.

		<b>ALIMENTI PERMESSI</b>	<b>ALIMENTI NON PERMESSI</b>
	<b>LATTE E DERIVATI</b>	Es. latte, formaggi, yogurt bianco.	Es. yogurt con cereali e frutta in pezzi.
	<b>CEREALI DERIVATI</b>	Es. riso raffinato, pasta, pane e derivati (cracker, grissini...) di grano duro.	Es. riso integrale, crusca, pane, pasta e derivati integrali o con semi (girasole, papavero, sesamo).....
	<b>CARNE PESCE UOVA</b>	Es. carne bianca e rossa priva di nervature, affettati, pesce, uova.	Es. carne con filamenti e nervature.
	<b>VERDURE</b>	NESSUNA	TUTTE
	<b>LEGUMI</b>	NESSUNO	TUTTI
	<b>FRUTTA E FRUTTA SECCA</b>	NESSUNA	TUTTE
	<b>CONDIMENTI</b>	Es. burro, olio, margarina, maionese, aceto e succo di limone.	Es. ketchup.
	<b>MINESTRE</b>	Es. semolino, crema di riso, brodo di carne.	Es. zuppe di verdure o legumi (sia passati che a pezzi).
	<b>DOLCI E DOLCIFICANTI</b>	Es. dolci al cucchiaino (budino, panna cotta e cream caramel). Biscotti e torte preparati con farina di grano duro. Gelati senza frutta, ghiaccioli senza coloranti rossi o viola. Zucchero, miele e dolcificanti.	Es. dolci preparati con farina integrale.
	<b>BEVANDE</b>	Es. tè, tisane, caffè, succhi di frutta senza polpa.	Es. succhi con polpa, spremute, bevande con coloranti rossi o viola.
	<b>VARIE</b>	Sale, pepe.	



### S.C. Endoscopia Diagnostica e Chirurgia Endoscopica

Direttore: Dott. Enzo Masci

Segreteria: Tel 02 23902242 – Prenotazioni CUP: Tel 02 23901

## RACCOMANDAZIONI DIETETICHE

### Fase 2.

### DIETA LIQUIDA

*“va seguita IL GIORNO PRIMA DELL'ESAME  
dal momento in cui si inizia la preparazione intestinale”*

Consiste nell'assunzione di liquidi chiari - trasparenti, ovvero, liquidi attraverso cui è possibile vedere. Ad esempio, il caffè è un liquido chiaro ma il caffè con latte o crema di latte non lo è.

La dieta liquida non lascia quasi alcun residuo nell'intestino e aiuta l'organismo a rimanere idratato.

**Da evitare** i liquidi trasparenti che contengono coloranti rossi o viola perché possono interferire con l'esame endoscopico.

	ALIMENTI PERMESSI	ALIMENTI NON PERMESSI
	<b>LIQUIDI CHIARI</b> Es. acqua, tè, tisane e caffè leggero, brodo di carne, succhi di frutta senza polpa, ghiaccioli.	Es. liquidi non trasparenti (latte, cioccolata, caffè con panna o latte, succhi con polpa, spremute).