Chirurgie Perte de Poids
Spécialisé en chirurgie bariatrique par laparoscopie

La diète préopératoire

Pour vous préparer à la chirurgie, vous suivrez un régime hypocalorique à base de shakes pendant 2 à 4 semaines avant votre chirurgie. La durée de votre régime préopératoire dépend de votre indice de masse corporelle (IMC) de départ.

Suivez strictement ce régime pour réduire le risque de complications chirurgicales.

Directions :

Si vous utilisez les shakes NuvoVi ou Optifast : Buvez 4 shakes par jour. Suivez les instructions sur la boîte pour préparer chaque boisson. Les shakes doivent être préparés avec de l'eau **seulement**. Vous pouvez ajouter une plus grande quantité d'eau si vous le souhaitez.

Si vous utilisez les boissons Boost Smart Glucides : Buvez 5 bouteilles par jour.

Pour changer la saveur de vos shakes :

- ✓ Mélangez avec de la glace.
- ✓ Incorporez : du café instantané décaféiné en poudre, de la muscade, de la cannelle, des extraits (ex. noix de coco, amande, orange, banane, menthe, etc.) ou des produits sans calories comme Mio et Crystal Light.

Quoi d'autre puis-je boire et manger pendant le régime préopératoire?

- ✓ **Eau** - buvez 1,5 à 2 litres/jour
- ✓ **Boissons décaféinées et sans calories** (ex. tisanes, café décaféiné, Crystal Light, Mio, etc.)
- ✓ **Café ou thé** - limite de 2 tasses par jour - Le lait, la crème et le sucre ne sont pas autorisés. Les substituts de sucre sont acceptés (ex. Stevia, Equal, etc.).
- ✓ **Légumes faibles en calories** - pas plus de 4 tasses/jour. ***Pas de légumes le jour avant la chirurgie.**
  - Choisissez SEULEMENT parmi les légumes suivants : brocoli, chou-fleur, radis, asperge, épinard, laitue, concombre, poivron, champignon, tomate, céleri, haricot vert, carotte, courgette, poireau, oignon, rapini, navet, chou, aubergine, bok choy, nouille konjac, oignons verts, pois mange-tout, fèves germées, cresson.
  - Mangez vos légumes crus, au four, sur le barbecue, à la vapeur ou dans un bouillon. N'ajoutez aucun gras (pas de beurre, de margarine ou d'huile).
  - Vous pouvez assaisonner vos légumes avec du sel, du poivre, des herbes séchées, du jus de citron, de la sauce soya, de la sauce épicée, de l'ail ou du vinaigre (e.x. : balsamique). Les vinaigrettes à zéro calorie (e.x. : Walden Farms) sont permises.
- ✓ **2 tasses de bouillon** - faible en calorie
- ✓ **2 portions de Jello (dessert gélatine)** - sans sucre (5-10 calories pour une portion de 80-95 grammes)

AUCUNE AUTRE BOISSON NI ALIMENT NE PEUVENT ÊTRE CONSOMMÉS! CE RÉGIME EST TRÈS STRICT.

La constipation et la diarrhée.

Contactez votre nutritionniste si vous avez de la constipation ou de la diarrhée.

Instructions spécifiques pour les patients diabétiques.

Si vous avez du diabète, discutez avec votre infirmière ou votre chirurgien pour savoir s'il faut que vous arrêtiez ou que vous réduisez votre médication pour le diabète durant votre régime préopératoire.

Chirurgie perte de poids Inc. (mai 2026)©