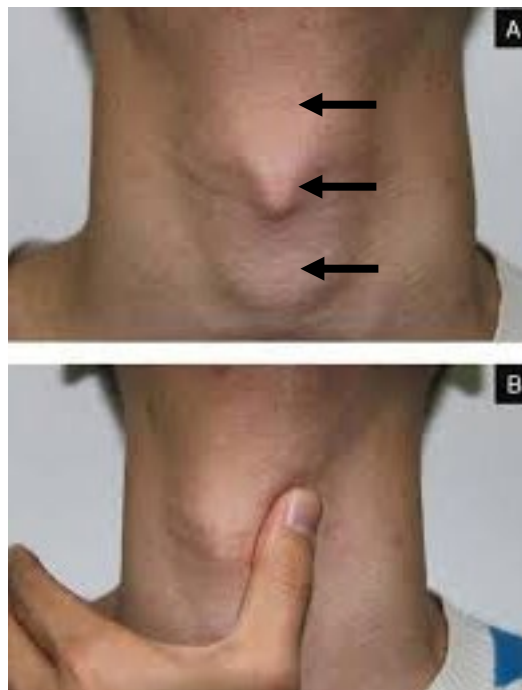


Ejercicios traqueales preoperatorios



- Comience en la parte superior de la garganta, presione suavemente el lado izquierdo para estirar el esófago y la tráquea hacia la derecha.
- Presione hasta que sienta el estiramiento O hasta que se sienta incómodo y no pueda hablar.
- Mantenga la posición durante 30 segundos.
- Realice el estiramiento 3 veces al día a partir de 5 días antes de la cirugía.
- Se recomienda realizar los ejercicios de estiramiento para minimizar cualquier dificultad para tragar que se presente después de la cirugía.