2ª SESIÓN GRUPAL PROGRAMA CIRUGIA BARIATRICA SERVICIO DE ENDOCRINOLOGÍA Y NUTRICIÓN (PRIMERA PARTE)

INDICE

1. Generalidades de la cirugía bariátrica

2. Dieta previa a la cirugía

¿QUÉ ES LA CIRUGÍA BARIÁTRICA?

Intervención quirúrgica que tiene como objetivo **ayudar a perder peso.**

El peso que se pretende alcanzar después de la cirugía **no es el peso ideal (pérdida de peso de entre el 50 y el 70% del peso inicial).**

Es probable que el IMC después de la cirugía siga entrando en la categoría de obesidad pero será menor al inicial con los beneficios que ello implica.

INDICACIONES

- Obesidad grave con IMC superior a 40 ó superior a 35 en el caso de que se tengan enfermedades asociadas **(diabetes, apnea del sueño, tensión alta, etc.).**
- Duración de la obesidad de al menos 5 años.
- Fracaso del tratamiento habitual (dieta y ejercicio) bajo supervisión médica.
- Edad entre 18 y 60 años.

REQUISITOS ANTE LA CIRUGÍA

- Ser capaz de comprender de manera realista el objetivo de la cirugía.

- Comprometerse a seguir las revisiones y controles indicados.

- Dar su consentimiento tras haber recibido toda la información necesaria, tanto oral como escrita.

- **Comprometerse a mantener unos hábitos alimentarios** y actividad física adecuados y saludables **antes y después de la cirugía.**

RECOMENDACIONES IMPORTANTES

Alcohol

- **Eliminar el consumo de alcohol después de la cirugía por riesgo a intoxicación.**

Tabaco

- **Suspender al menos 6 semanas antes de la cirugía.**
- **Evitar después de la cirugía.**
- **Evitar embarazos 12-18 meses después de la cirugía.**
- Seguimiento periódico en **consulta de endocrinología tras la cirugía.**

RECOMENDACIONES IMPORTANTES

Se debe evitar el uso de AINES **(antiinflamatorios no esteroideos)** después de a cirugía para evitar riesgo de úlceras/ perforaciones.

Multivitamínico de por vida!!! Deberán tomar tantos comprimidos al día como indique su endocrino: **Supradny efervescente o multicentrum, barimix cápsulas (de venta en farmacia).**

Uso de heparina previo a cirugía por indicación del cirujano.

Recordar al cirujano la receta de la heparina.

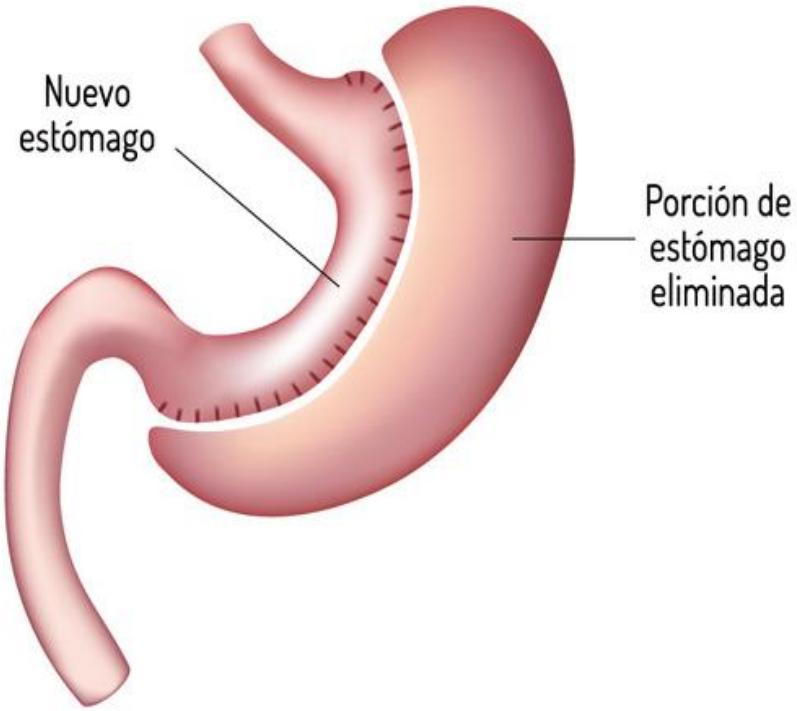
BariMIX
Por la compra de 3 BariMIX
Te obsequiamos con 1 GRATIS

Supradyn
fórmula mejorada
activo
ayuda a activar y a mantener tu energía
Vitaminas y minerales con
coenzima Q10
30 comprimidos efervescentes
COMPLEMENTO ALIMENTICIO
activo
Supradyn

TÉCNICAS QUIRÚRGICAS

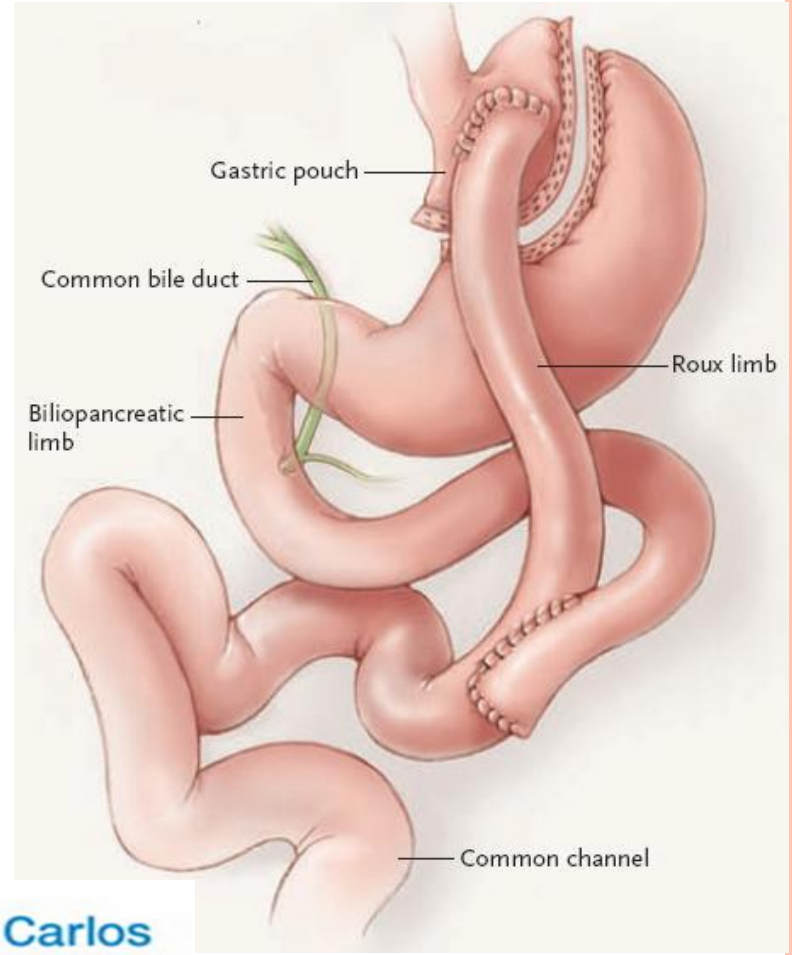
GASTRECTOMÍA TUBULAR

(Técnica restrictiva)



BYPASS GÁSTRICO

(Técnica restrictiva + malabsortiva)



COMPLICACIONES DE LA CIRUGÍA

- Riesgos de la anestesia general.
- Sangrado, infección, obstrucción del intestino, fístulas, etc.
- Muerte. El riesgo es muy pequeño, pero existe y se sitúa entre 0,5 y 2%.
- A largo plazo también pueden aparecer obstrucciones por la propia cirugía o bien por acumulación de fibras de la dieta **(bezoar).**

DIETA PREVIA A LA CIRUGÍA BARIATRICA

- Objetivo: máxima pérdida de peso
- Duración: **14 días antes de la cirugía**
- Aporte: 700-800 Kcal.
- Dieta muy baja en calorías + **sustitutivos nutricionales.**

DIETA PRECIRUGÍA BARIÁTRICA

DESAYUNO: 150cc (1 vaso no lleno) de leche desnatada + **1 envase de suplemento.**

MEDIA MAÑANA: **1 envase de suplemento**

COMIDA: 1 envase de suplemento más una de las siguientes:

- Máximo de 300 cc de caldo desgrasado de pollo (sin piel) y verduras (zanahoria, puerro, nabo, patata) sin piel y máximo 1 cucharada de aceite de oliva.

- Máximo de 300 cc de caldo desgrasado de pescado (sin piel) y verduras (zanahoria, puerro, nabo, patata) sin piel y máximo 1 cucharada de aceite de oliva.
- Máximo de 300 cc de sopa (sin fideos) con 1 clara de huevo añadida y máximo 1 cucharada de aceite de oliva.

MERIENDA: 150cc de yogurt liquido desnatado no azucarado o bien un triturado de 2 frutas.

CENA: igual que la comida.

ANTES DE ACOSTARSE: 150 cc de leche desnatada

¿Cuáles SON los sustitutivos y dónde puedo encontrarlos?

- Vegestar botellas de 200ml
- Bificare Bi1 botellas de 200ml
- Optifast sobres de 54g
- Optifast barritas

ÚNICAMENTE EN FARMACIA!!!!

DIETA PREVIA A LA CIRUGÍA

Todos aproximadamente:
200 kcal; 15-18 g de proteina (unidad)

¿En qué consiste la dieta pre cirugía bariátrica?

¿En dónde se pueden conseguir los sustitutivos alimenticios?

¿Cuántos días debe de realizar la dieta pre cirugía Bariátrica?

Continuar con la SEGUNDA PARTE, donde se explica la dieta post Cirugía Bariátrica.