



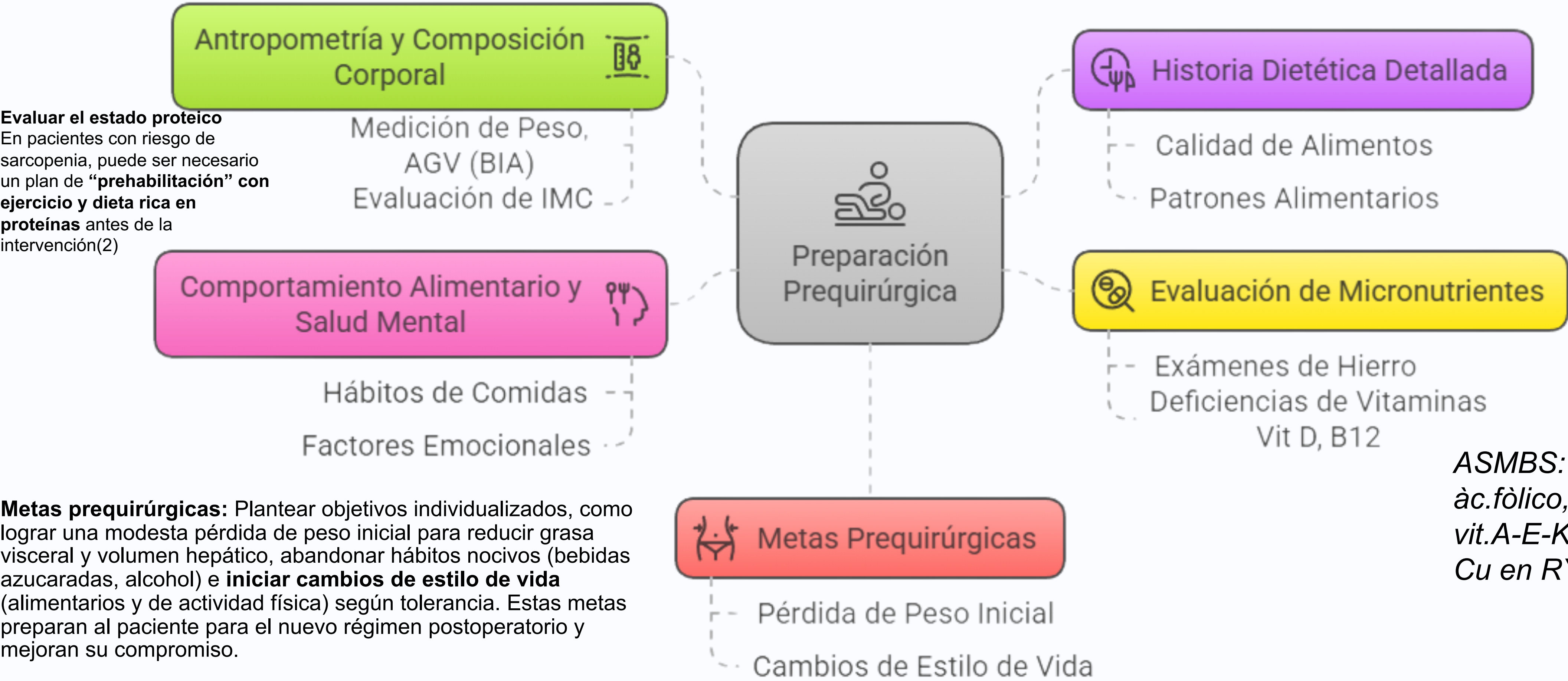
Requisitos nutricionales preoperatorios para cirugía bariátrica

Dina Márquez Briceño
Nutricionista

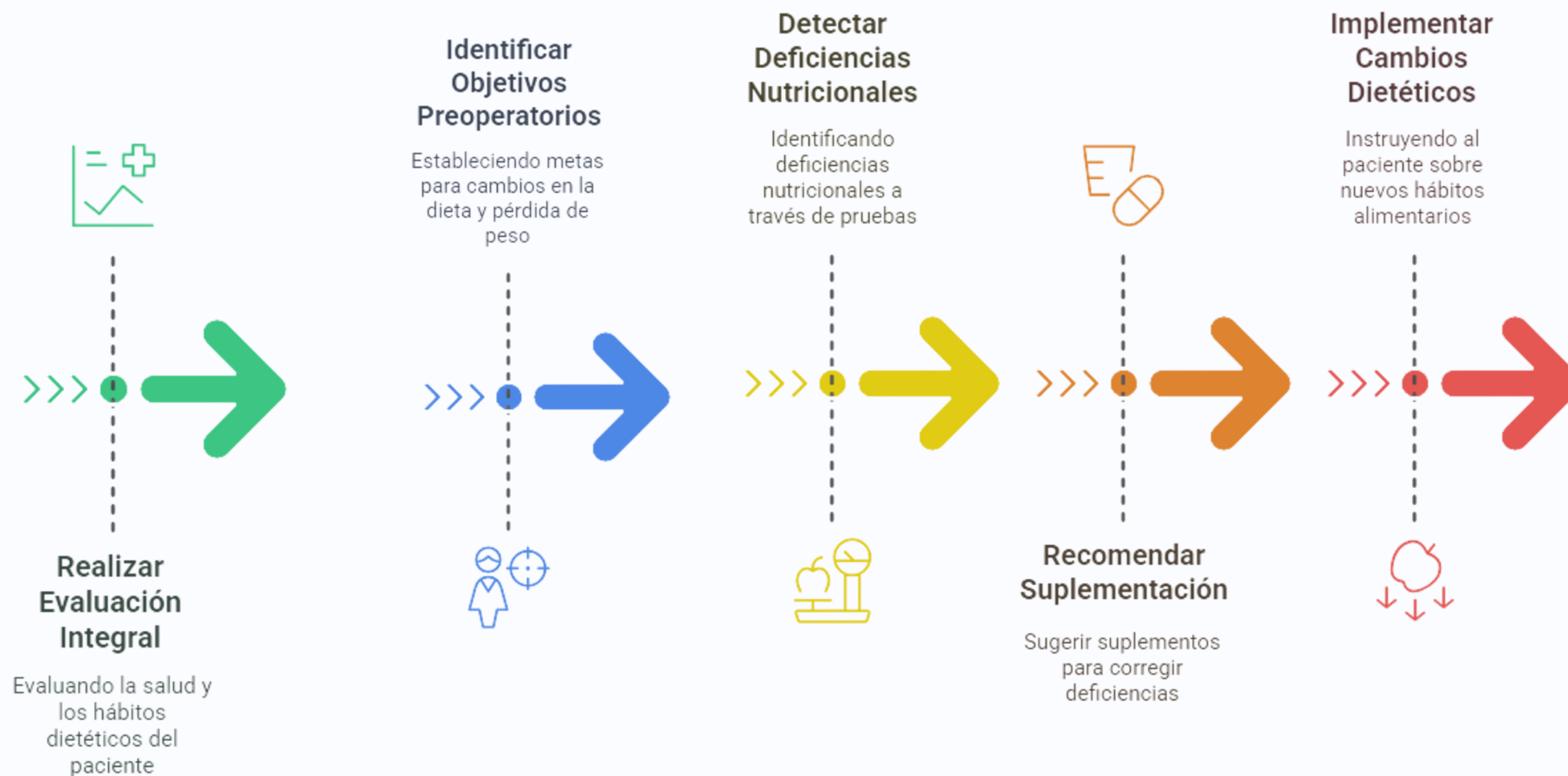
Recomendaciones internacionales preoperatorias ASMBS/IFSO/NICE



Preparación nutricional preoperatoria



Proceso de preparación nutricional prequirúrgica



Por
cuánto
tiempo?
6–12 semanas*

Nutrición personalizada prequirúrgica

Dieta prequirúrgica y planificación alimentaria

- Implementar **dieta cetogénica muy baja en calorías (VLEKT)** por 2–6 semanas para reducir grasa visceral y volumen hepático.
- Promover **hábitos de alimentación fraccionada**, lenta y rica en proteínas desde la fase preoperatoria (Simancas-Racines et al., 2025).

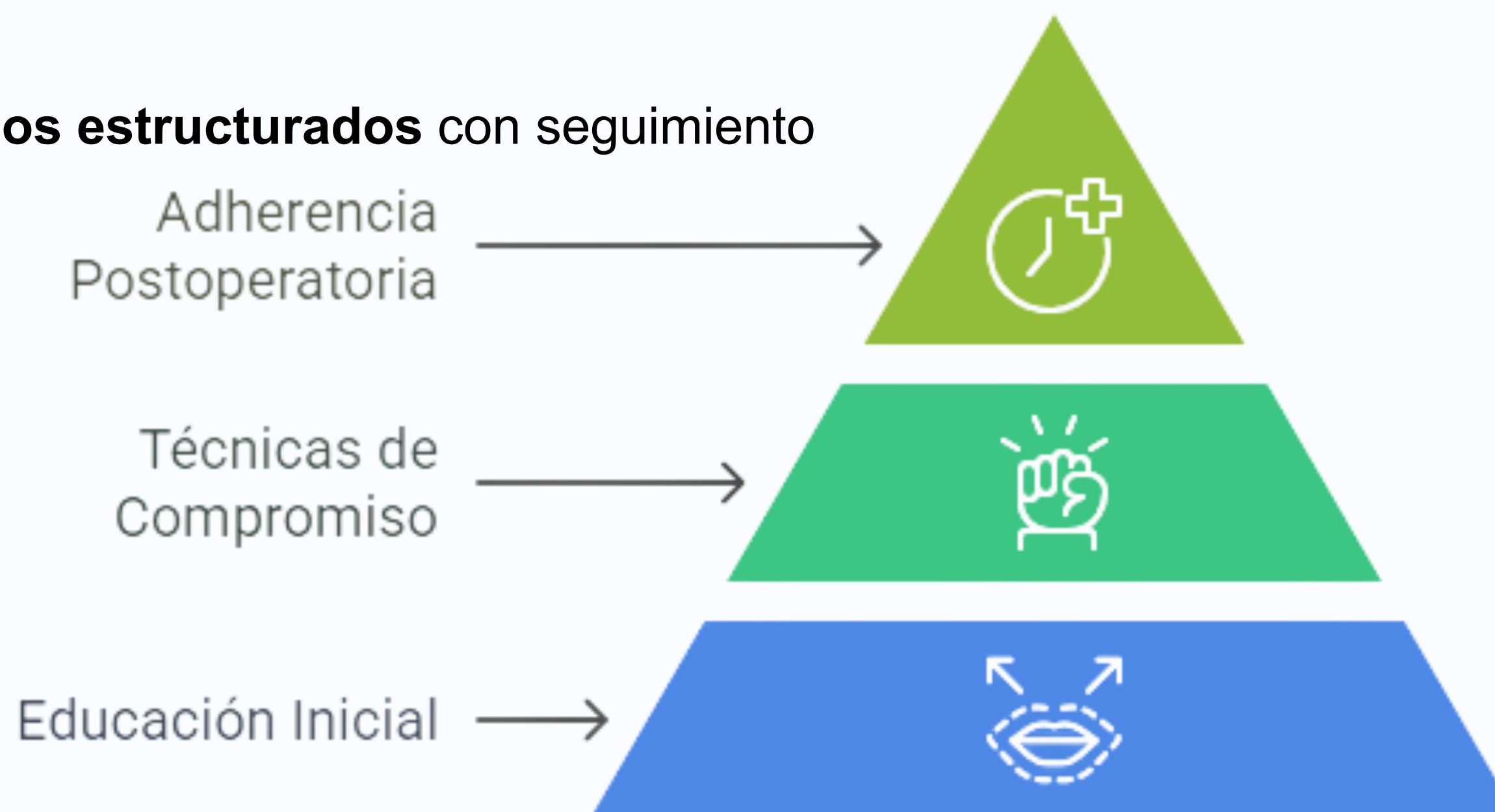
Suplementación personalizada

- Comenzar 8–10 semanas antes de la cirugía:
 - Vitamina D (4000–6000 UI/día), hierro (100–200 mg/día), B12, ácido fólico, calcio y zinc.
- Suplementación adaptada a nivel de riesgo (adulto mayor, mujer fértil, adolescente, etc.)(1).
- Guías británicas recomiendan suplementar hierro (100–200 mg/día) con vitamina C en pacientes con ferritina baja para repletar depósitos antes del procedimiento(2)

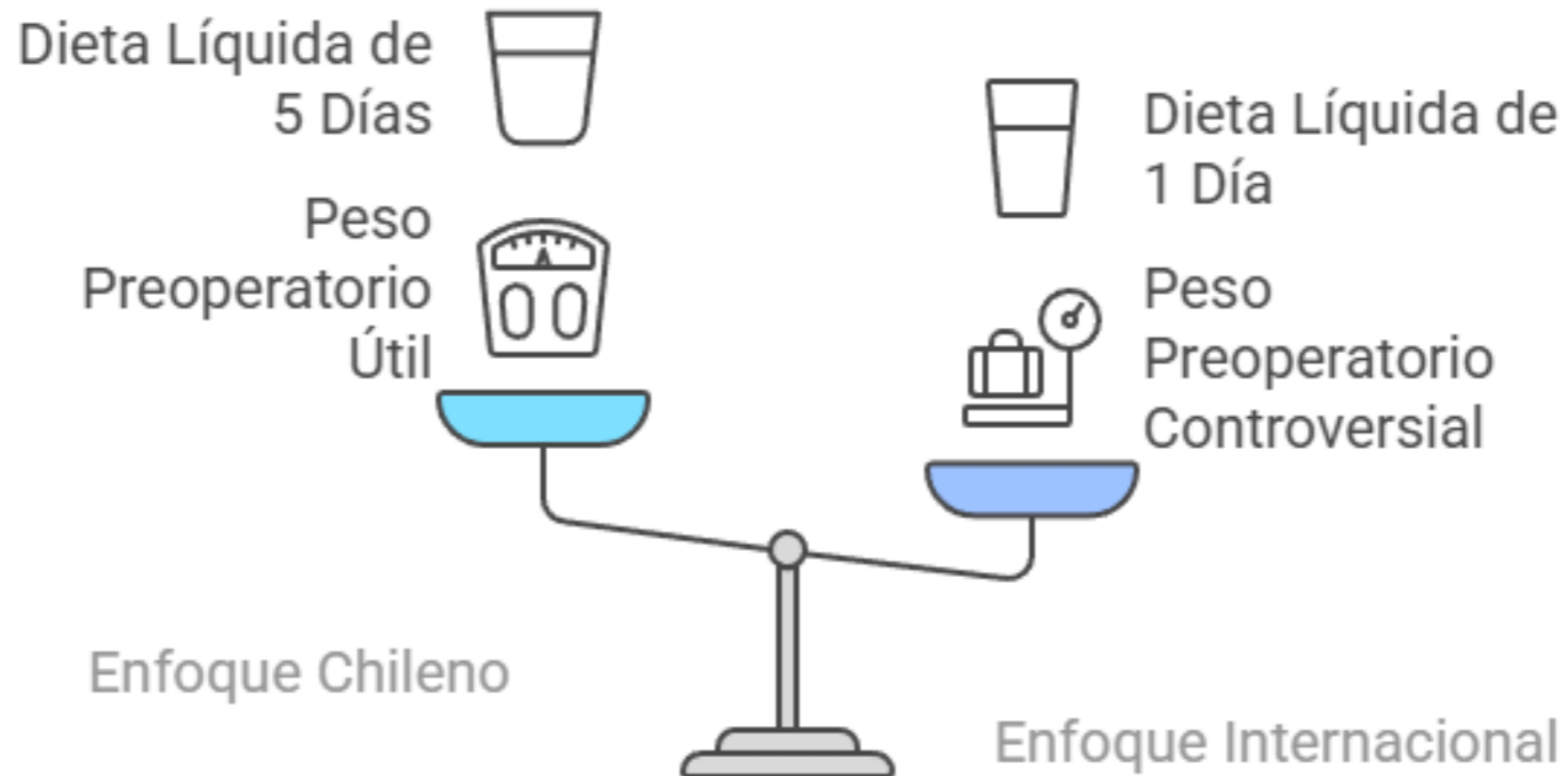
Nutrición personalizada prequirúrgica

Educación y adherencia a largo plazo

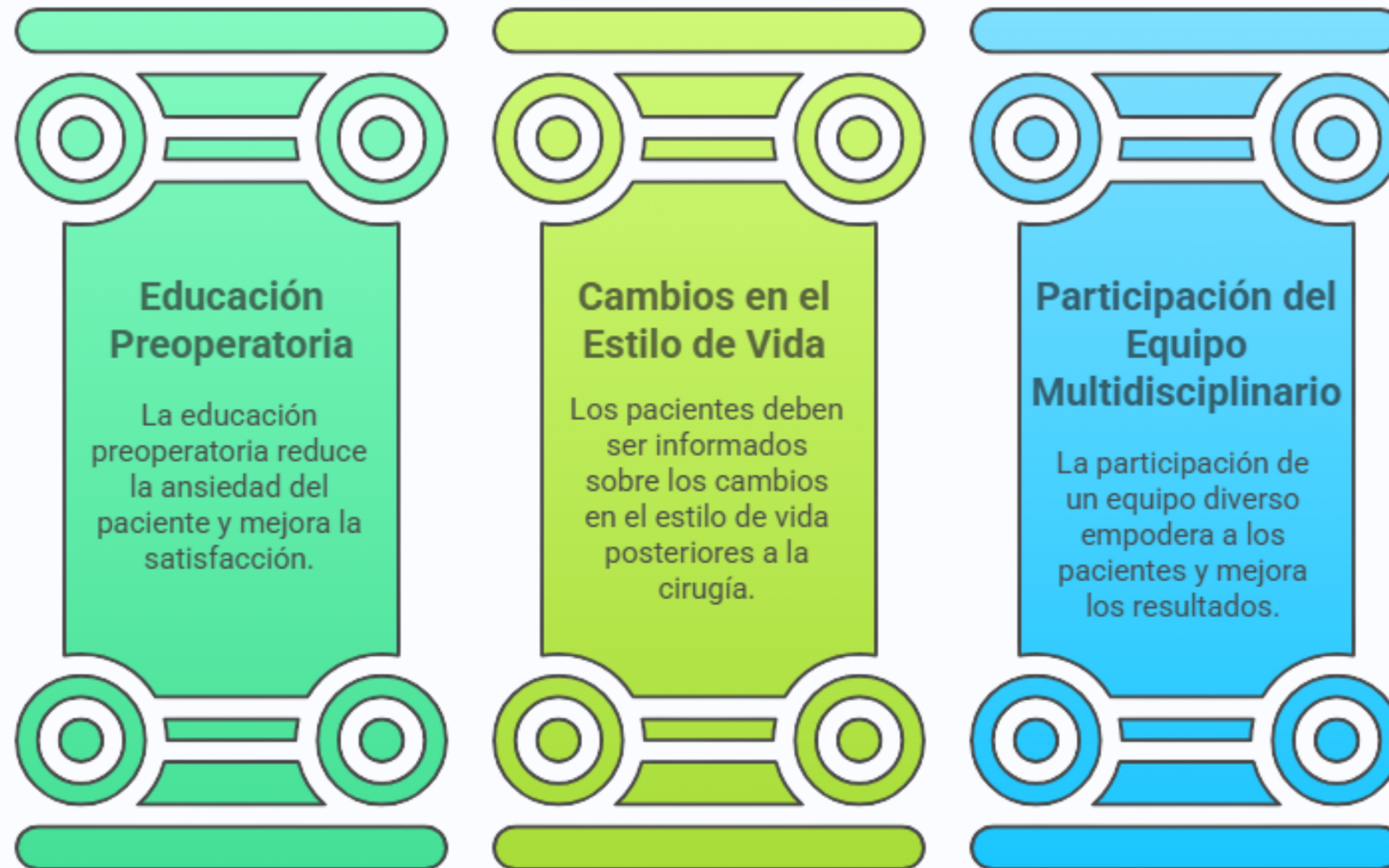
- La educación alimentaria y conductual debe comenzar antes de la cirugía:
 - Técnicas como entrevista motivacional, TCC, apoyo grupal.
 - Asegurar compromiso con cambios dietéticos permanentes y suplementación postoperatoria.
- Participación activa en **programas multidisciplinarios estructurados** con seguimiento continuo(1).



Dieta líquida preoperatoria lineamientos locales v/s internacionales



ERAS en Cirugía Bariátrica: Aspectos Nutricionales



ERAS en Cirugía Bariátrica: Aspectos Nutricionales



La ruta nutricional hacia una Cirugía Bariátrica Exitosa

1

Corrección de Deficiencias

Abordar las deficiencias nutricionales a través de la suplementación específica.

2

Plan de Alimentación

Implementar una dieta baja en calorías y alta en proteínas.

3

Educación Nutricional

Aprender sobre las fases dietéticas postoperatorias.

4

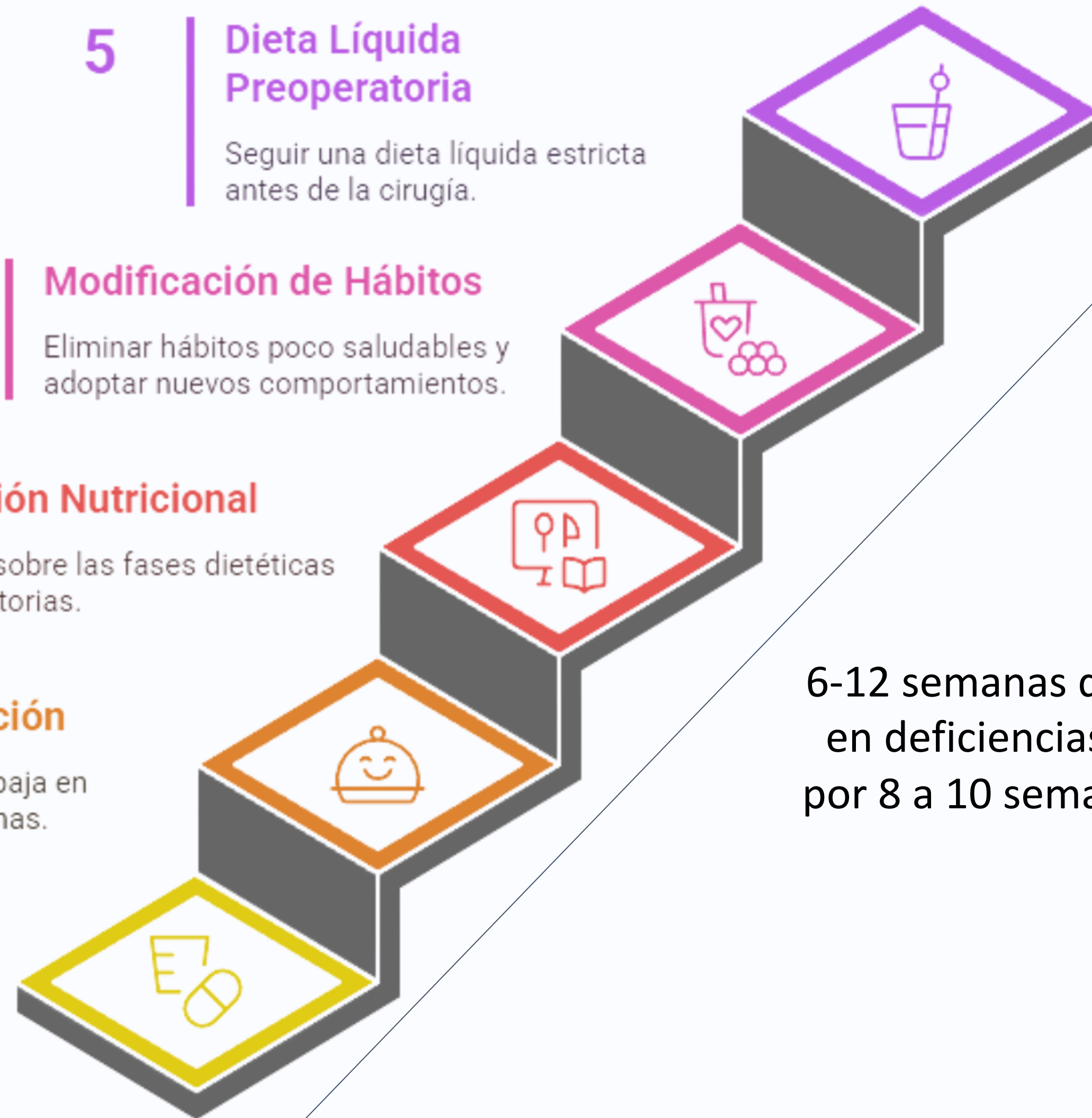
Modificación de Hábitos

Eliminar hábitos poco saludables y adoptar nuevos comportamientos.

5

Dieta Líquida Preoperatoria

Seguir una dieta líquida estricta antes de la cirugía.



6-12 semanas de preparación,
en deficiencias suplementar
por 8 a 10 semanas pre cirugía

Conclusiones

- Una **adecuada preparación nutricional** prequirúrgica es **indispensable** para minimizar complicaciones en cirugía bariátrica y optimizar la recuperación. El paciente que llega a cirugía con mejores hábitos y sin deficiencias nutricionales tendrá resultados más seguros.
- **Claves de éxito:** Evaluar y corregir deficiencias antes de la cirugía, lograr una pérdida de peso moderada pre-op, educar al paciente en su nueva forma de comer, y asegurar su compromiso con el seguimiento post-op. Estos requisitos nutricionales aumentan la probabilidad de remisión de comorbilidades y mantenimiento de la pérdida ponderal en el tiempo.
- Los equipos de obesidad deben seguir **guías clínicas actualizadas** (IFSO 2023, Consenso Chileno 2019) para estandarizar estos requisitos. Una estrategia unificada garantiza que todos los pacientes cumplan criterios nutricionales óptimos antes de la cirugía, beneficiando los resultados a nivel poblacional.



Made with Napkin

“El camino hacia una cirugía segura comienza en la consulta nutricional, sin preparación no hay transformación”

