

## Ayuno antes de una anestesia o sedación

Al momento de realizar una sedación o anestesia los pacientes deben tener vacío el estómago. Como cada alimento se comporta diferente en el cuerpo, usted deberá seguir las siguientes indicaciones:

Dieta	Ayuno horas	Tipo de alimento o bebida
Alimentos sólidos pesados	8	Carnes, huevos, comida frita o de contenido grasoso
Alimentos sólidos Livianos	6	Galletas, pan, tostadas, cereales sin leche
Leche no humana	6	Leche de vaca o cabra, productos lácteos (queso, yogurt)
Leche de fórmula	6	Similac, Enfamil, S26, el rodeo, klim, etc
Lactancia materna	4	Leche materna
Líquidos claros	2	Agua, jugo de caja sin pulpa de fruta, suero de rehidratación oral, bebida de hidratación deportiva, aromática

Si mastica chicle debe suspenderlo 2 horas antes de la cirugía, en caso de haberlo digerido deberá esperar 6 horas.

Consuma medicamentos con 2 horas de antelación a la cirugía, aunque puede ingerirlos con un pequeño sorbo de agua aun en los momentos previos a la cirugía. (Ejemplo: Para la presión arterial, entre otros).

Estas recomendaciones también son aplicables a pacientes en embarazo sin trabajo de parto.

*Pacientes con hernia hiatal, reflujo gastroesofágico, cirugía antireflujo, obstrucción intestinal, trastornos del esófago o del intestino requieren de 8 horas de ayuno para alimentos y para cualquier tipo de líquido.*



## Hidratación hasta pocas horas antes de su procedimiento

Edad	Bebidas recomendadas	Volumen máximo (mililitros)	Tiempo de última ingesta
Adultos y niños mayores de 12 años	Bebida de hidratación deportiva, jugo de caja sin pulpa de fruta, aromática, agua, suero de rehidratación oral. <i>Diabéticos: Agua</i>	350 ml	Hasta 2 horas antes del procedimiento
Niños entre 3 y 11 años	Agua, suero de rehidratación oral, jugo de caja sin pulpa de fruta. <i>Diabéticos: Agua</i>	3 ml/kg	Hasta 2 horas antes del procedimiento
Niños de 6 meses a 3 años	Lactancia materna	A necesidad	Hasta 4 horas antes del procedimiento
	Agua, jugo de caja sin pulpa de fruta, suero de rehidratación oral	3 ml/kg	Hasta 2 horas antes del procedimiento
Niños con lactancia materna exclusiva	Lactancia materna	A necesidad	Hasta 4 horas antes del procedimiento
	Agua o suero de rehidratación oral	3 ml/kg	Hasta 2 horas antes del

*En los niños por favor medir el volumen recomendado con una jeringa (1 onza equivale a 30 ml)*



Ejemplos de bebidas:

- Bebida de hidratación deportiva: gatorade, powerade, etc
- Suero de rehidratación oral: pedialyte, hidraplus, etc
- Jugo de caja sin pulpa de fruta: jugo hit, jugo del valle, etc

En caso de consumir alguna bebida diferente a la recomendada usted tiene la obligación de informarle a su médico. Nuestra institución se reserva el derecho de evaluar el tipo de bebida y de reprogramar la cirugía si fuera necesario.

*Pacientes con hernia hiatal, reflujo gastroesofágico, cirugía antireflujo, obstrucción intestinal, trastornos del esófago o del intestino requieren de 8 horas de ayuno para alimentos y para cualquier tipo de líquido.*

**Ejemplos de manejo del ayuno e hidratación antes de una anestesia o sedación**

A continuación, encontrará una serie de ejemplos que le ayudarán a aplicar las recomendaciones:

**Paciente de adulto programado para una cirugía electiva a la 1 pm**

- 7:00 am: Tostadas, galletas y un jugo de caja sin pulpa (6hr antes de la cirugía)
- 11:00 am: Gatorade 350 ml (2 hr antes de la cirugía)

**Niño de 2 años y 12 kg de peso con procedimiento programado a las 9 am**

- 7:00 am: 36 ml Jugo de caja sin pulpa.
- Si el niño aun toma lactancia materna, la mama puede amamantarlo hasta las 5 am.

**Paciente adulto mayor con historia de reflujo gastroesofágico a quien le programan cirugía electiva a las 2 pm**

- La enfermedad reflujo gastroesofágico es una contraindicación para realizar la hidratación preoperatoria recomendada. Necesita obligatoriamente 8 horas de ayuno.



**Niña de 3 años, y 15 kg de peso tiene cirugía programada para las 3 pm, consume leche de formula (ej. similac) que complementa la dieta casera habitual**

- Desayuno hasta las 9 am con tostadas y tomar la leche de formula hasta las 9 am (6 hr antes de la cirugía).
- Puede tomar 45 ml de jugo de caja sin pulpa de fruta hasta la 1 pm.

**Paciente de 60 años con antecedente de diabetes, le programan cirugía a las 10 am**

- La paciente por ser diabética puede tomar solamente agua hasta 2 horas antes de la cirugía.
- No se recomienda bebidas azucaradas (ej. Jugo hit, gatorade, etc).

**AUTOR:  
Grupo de Anestesiología Fundación Valle del Lili**

