



TEXAS SURGICAL ARTS

18211 Katy Freeway, Suite 250
Houston, TX 77094
Phone: 281-579-5638
Fax: 281-579-5636

Dieta de preparación antes de la operación de pérdida de peso

Batidos Sustitutos de Comida: Beber 4-5 vasos al día

Slimfast (bajo en azúcar)

OptiFast

Desayunos Instantáneos Carnation (Bajo en Azúcar)

Proteína Premier

Opciones dietéticas adicionales:

Gelatina sin azúcar

Paletas sin azúcar

Leche descremada, leche de almendras, leche de anacardos

Agua

Crystal Light (o bebidas sin azúcar similares)

Caldo (pollo, tomate, res) BAJO EN SAL

Sopas de cremas (Grasa reducida)

Sopa de tomate (baja en sal)

Pudín sin grasa

Yogur Griego (sin frutas) de vainilla o simple

Crema de Trigo (con leche descremada)

EVITAR bebidas con cafeína, carbonatadas, y/o endulzadas con azúcar.

**Noche antes de la cirugía programada
(Gatorade Regular y Bebidas Transparentes solamente).**

Empezar a las 6 p.m. la noche antes de la cirugía, comenzar consumiendo Gatorade Regular a la meta de 32 onzas (una botella). Puede consumir agua adicional, bebidas transparentes o Gatorade (regular) hasta la medianoche.

Nada de comer o beber después de la medianoche.

Si usted está programada para tomar medicina en la mañana de la cirugía, puede tomarla con un pequeño sorbo de agua.