

Por tu seguridad, es muy relevante que lleves a cabo el ayuno de la forma indicada, porque los medicamentos que te vamos a administrar reducen o eliminan los reflejos de la tos que, normalmente, protegen los pulmones. Cuando estás bajo los efectos de estos fármacos, los restos de comida pueden devolverse por el esófago e ingresar a los pulmones, causando un "síndrome de aspiración bronquial", lo que podría traducirse en una neumonía de diversa gravedad.

Porque queremos protegerte, cualquier incumplimiento de las normas de ayuno resultarán en un retraso y posible suspensión del procedimiento.

Debes considerar que el estómago toma un tiempo específico en vaciar cada alimento, por esto, los periodos de ayuno son distintos para cada uno de ellos, tal como se detalla a continuación.

Ayuno de 8 horas o más

En este listado se incluyen las comidas habituales, con contenido graso y proteína, que deben dejar de consumirse 8 horas antes, como:

- Frituras
- Carnes
- Legumbres
- Huevos
- Chocolates y golosinas
- Bebidas alcohólicas

Ayuno de 6 horas o más

En esta categoría se consideran las comidas livianas, que deben dejar de consumirse 6 horas antes, por ejemplo:

- 2 rebanadas pan blanco frío o tostado, 3/4 taza de cereales (que no sean de chocolate) con o sin leche o 5 unidades de galletas dulces sin relleno y sin chocolate
- Agregados: mermelada, jamón de pavo, queso, miel, manjar
- 1 fruta o un vaso de jugo de frutas
- Bebidas como té, café, gaseosa o bebida vegetal (ejemplo: almendras, soya)
- Leche (cualquier tipo de leche)
- Niños pequeños con fórmula láctea (leche no materna) deben tomar su porción habitual 6 horas antes del procedimiento

Ayuno de 4 horas

Está permitido que un bebé tome pecho hasta 4 horas antes de la hora programada para la cirugía o procedimiento

Ayuno de 2 horas

Está permitido tomar hasta 2 horas antes de la cirugía o procedimiento **exclusivamente** los siguientes líquidos:

- Agua mineral sin gas o de la llave
- Agua con azúcar o jugo en polvo
- Infusiones de hierbas con o sin azúcar
- Bebidas isotónicas (no energéticas)

Medicamentos de uso habitual

Los medicamentos para enfermedades crónicas deben ser ingeridos en su horario habitual con un sorbo de agua, salvo que su médico indique expresamente lo contrario.

Ejemplos

- **Cirugía o procedimiento planificado para las 13:00 hrs.:** Puede tomar un desayuno liviano de tostadas y fruta hasta las 7:00 hrs. (debe terminar de comer antes de las 7:00 hrs.) y continuar tomando agua hasta las 11:00 hrs.
- **Niño programado para cirugía a las 8:00 hrs.:** Puede tomar leche de fórmula hasta las 2:00 hrs. (debe terminar de tomar la leche antes de las 2:00 hrs.)
- **Paciente citado para colecistectomía laparoscópica a las 15:00 hrs.:** Puede tomar un desayuno liviano hasta las 9:00 hrs (debe terminar de comer a las 9:00 hrs.) y puede continuar tomando agua de hierbas hasta las 13:00 hrs.

No olvides que no debes reemplazar ninguno de los alimentos sugeridos. En caso de dudas, te recomendamos tomar sólo agua o llamar a los siguientes teléfonos:

- **Seguimiento La Dehesa:** +56 94235 5856. Horario: 24 horas al día, de lunes a domingo.
- **Seguimiento Vitacura:** +56 94467 8235. Horario: 8:00 a 17:00 hrs. de lunes a viernes. Sábado y domingo horario continuado 24 horas.