

LO QUE DEBE
SABER SOBRE
CIRUGÍA DE
PÉRDIDA DE PESO
Y NUTRICIÓN



Retrato de actor.

NUTRITIONDIRECT™
IT'S ALL IN THE DELIVERY

CIRUGÍA DE PÉRDIDA DE PESO UNA GRAN DECISIÓN. UN NUEVO ESTILO DE VIDA. UN NUEVO YO.

Es posible que esté pensando en someterse a una cirugía bariátrica (pérdida de peso) o que posiblemente ya haya decidido someterse a ella. Puede que se sienta un poco nervioso, incluso un poco asustado. Pero, sobre todo, probablemente se sienta esperanzado.



Retrato de actor.

Este folleto le ayudará a prepararse para lo que puede esperar de la cirugía de pérdida de peso. La vitamina B₁₂ es un buen ejemplo de ello. La cirugía de pérdida de peso puede limitar la cantidad de vitamina B₁₂ que se absorbe en su cuerpo. Puede ser frecuente tener deficiencia de vitamina B₁₂ después de la cirugía. Es importante saber qué vitaminas y minerales puede necesitar tomar antes y después de la cirugía, cuáles serán sus necesidades nutricionales y qué ajustes puede necesitar hacer en su estilo de vida para ayudarlo a mantenerse sano, incluido aprender a cómo comer de forma diferente para obtener la nutrición que necesita su cuerpo.

Después de someterse a una cirugía bariátrica (pérdida de peso), es posible que esté más cerca de sus objetivos que antes, ya sea estar lo suficientemente sano como para seguir el ritmo de los niños o simplemente querer sentirse mejor. Probablemente perderá peso, lo que puede ayudar si tiene afecciones relacionadas con el peso, como:

- ▶ Diabetes tipo 2
- ▶ Reflujo ácido
- ▶ Apnea del sueño
- ▶ Colesterol alto
- ▶ Presión arterial alta

NUTRITIONDIRECT™
IT'S ALL IN THE DELIVERY

POR QUÉ LAS VITAMINAS Y MINERALES SON IMPORTANTES

Antes de la cirugía de pérdida de peso, es posible que haya tomado las vitaminas y minerales que necesitaba de su dieta. Pero es un poco diferente después de la cirugía de pérdida de peso, porque la cirugía a menudo cambia la forma en que su cuerpo procesa los nutrientes. Por ejemplo, si parte del tubo digestivo se ha alterado o eliminado, es posible que su cuerpo no pueda absorber varias vitaminas o minerales importantes del mismo modo que antes.

La vitamina B₁₂ es un buen ejemplo de ello. La cirugía de pérdida de peso puede limitar la cantidad de vitamina B₁₂ que se absorbe en su cuerpo. Hay algunas razones por las que esto sucede. Su nueva dieta puede tener menos alimentos ricos en vitamina B₁₂. La vitamina B₁₂ se libera de los alimentos a través de ácidos en el estómago y, si los alimentos eluden el estómago por completo, es posible que la vitamina B₁₂ no se libere. La vitamina B₁₂ se une a una sustancia llamada "factor intrínseco" (FI) y se transporta al intestino delgado, donde se absorbe en el organismo. Después de la cirugía de pérdida de peso, la cantidad de FI producido por el estómago puede ser limitada. Puede ser frecuente tener deficiencia de vitamina B₁₂ después de la cirugía.

Tendrá que tomar más vitaminas y minerales para asegurarse de que su cuerpo recibe las cantidades correctas. La Sociedad Estadounidense de Cirugía Metabólica y Bariátrica (American Society for Metabolic and Bariatric Surgery, ASMBS) tiene directrices* específicas que le dicen exactamente qué vitaminas y minerales necesitará.

*ASMBS Integrated Health Nutritional Guidelines for the Surgical Weight Loss Patient — 2016 Update: Micronutrients.

Visite nuestra página de Facebook para obtener actualizaciones y apoyo nutricional

SÍGANOS EN FACEBOOK.COM/NASCOBAL

Puede que se pregunte si realmente necesita tomar estos suplementos durante el resto de su vida. Debe tomar sus vitaminas como le recomienda su proveedor de atención médica.

LOS SIGNOS Y SÍNTOMAS DE LA DEFICIENCIA DE VITAMINAS Y MINERALES PUEDEN SER INESPECÍFICOS. ESTOS PUEDEN INCLUIR:

- ▶ **Vitamina B₁₂:** hormigueo en los dedos de las manos y los pies, fatiga, mala memoria/confusión.
- ▶ **Calcio y vitamina D:** entumecimiento y hormigueo en los dedos de las manos, convulsiones, ritmos cardíacos anormales.
- ▶ **Ácido fólico:** debilidad, fatiga, dificultad para concentrarse, irritabilidad, palpitaciones cardíacas, dificultad para respirar, llagas en la boca, cambios en el color de la piel, el pelo o las uñas de las manos.
- ▶ **Hierro:** sensación de cansancio o debilidad, falta de energía, problemas de concentración y memoria.

Hable con su médico sobre la detección de deficiencia de vitaminas antes y después de la cirugía

NUTRITIONDIRECT™
IT'S ALL IN THE DELIVERY

¿QUÉ ES

EL AEROSOL NASAL NASCOBAL®?

El aerosol nasal NASCOBAL® es un medicamento con receta que se utiliza como complemento para tratar la deficiencia de vitamina B₁₂. Las personas que se han sometido a una cirugía bariátrica (pérdida de peso) pueden no absorber suficiente vitamina B₁₂ de los alimentos. Por eso, NASCOBAL® puede ser una buena opción. Se trata de un aerosol nasal de neblina fina que se absorbe directamente en el torrente sanguíneo, eludiendo el estómago y el tubo digestivo. Es inodoro e insípido.

La dosificación de NASCOBAL® es sencilla: **1 aspersión, 1 fosa nasal, 1 vez a la semana***

El aerosol nasal NASCOBAL® es el primer aerosol nasal de vitamina B₁₂ aprobado por la Administración de Alimentos y Medicamentos (Food and Drug Administration, FDA). Estas son algunas de las características de este producto:

- ▶ Aerosol nasal una vez a la semana
- ▶ No es una inyección dolorosa
- ▶ Neblina fina insípida y sin olor
- ▶ Aumento y mantenimiento de los niveles de vitamina B₁₂ en ensayos clínicos
- ▶ Absorbido directamente en el torrente sanguíneo, diseñado para eludir el tubo digestivo
- ▶ Autoadministrado

***Puede ser necesario ajustar la dosis.**

¿QUÉ ES NASCOBAL®?

NASCOBAL® es un medicamento de venta con receta que se utiliza para tratar la deficiencia de vitamina B₁₂ causada por la falta de absorción (malabsorción) que no está relacionada con la anemia perniciosa.

NASCOBAL® no debe utilizarse para una prueba de absorción de vitamina B₁₂, conocida como prueba de Schilling.

En las personas que han corregido o han solucionado sus causas a corto plazo de la deficiencia de vitamina B₁₂, el beneficio del uso continuado a largo plazo de NASCOBAL® no se conoce después de haber corregido la deficiencia de vitamina B₁₂.

Se desconoce si NASCOBAL® es eficaz en personas que actualmente tienen congestión nasal, alergias o infección de las vías respiratorias altas. Debe esperar hasta que estos síntomas desaparezcan antes de usar NASCOBAL®.

Se desconoce si NASCOBAL® es seguro y eficaz en niños.

Consulte la Información importante de seguridad en todo el documento.

Haga [clic aquí](#) para ver la información de prescripción completa.

CÓMO USAR NASCOBAL®



ANTES DE TOMAR NASCOBAL®

- ▶ La unidad contiene solo 1 aspersión: **NO cebe antes del uso.**
- ▶ Sople con suavidad para despejar ambas fosas nasales.
- ▶ Sujete la unidad con el pulgar, sosteniéndola en la parte inferior, y los dedos índice y medio a cada lado de la boquilla.



AL TOMAR NASCOBAL®

- ▶ Cierre suavemente 1 fosa nasal con el otro dedo índice. Inserte la boquilla en la fosa nasal abierta aproximadamente ½ pulgada o hasta donde se sienta cómodo, e incline la cabeza ligeramente hacia adelante. No presione el émbolo todavía.
- ▶ Inspire suavemente por la nariz, cierre la boca y, al mismo tiempo, presione el émbolo con firmeza con el pulgar.



DESPUÉS DE TOMAR NASCOBAL®

- ▶ Retire la boquilla de la fosa nasal. Al mismo tiempo, mantenga la cabeza nivelada entre 10 y 20 segundos mientras inhala suavemente por la nariz y exhala por la boca.

No beba líquidos calientes ni coma alimentos calientes al menos 1 hora antes y 1 hora después de tomar el aerosol nasal NASCOBAL®.

NASCOBAL®
(Cyanocobalamin, USP) Nasal Spray

NUTRITION DIRECT™ ESTÁ FABRICADO ESPECIALMENTE PARA PERSONAS COMO USTED

FACILITANDO EL APOYO NUTRICIONAL DE POR VIDA

Después de la cirugía, parte del tubo digestivo y el estómago pueden verse alterados o extirpados. Su cuerpo no podrá absorber varios nutrientes importantes de la misma manera que antes. Y como su estómago será más pequeño, no tardará tanto en sentirse lleno, por lo que comerá menos. Si come menos, también recibe menos nutrición. Por eso es más importante que nunca tomar suplementos vitamínicos y minerales.

Nutrition Direct™ le ayuda a mantener el buen camino con nutrientes importantes. Le proporciona los micronutrientes recomendados en las directrices de la Sociedad Estadounidense de Cirugía Metabólica y Bariátrica (ASMBS).*

*ASMBS Integrated Health Nutritional Guidelines for the Surgical Weight Loss Patient — 2016 Update: Micronutrients.



Consulte la Información importante de seguridad adicional en todo el documento. Haga [clic aquí](#) para ver la información de prescripción completa.

Con Nutrition Direct™, recibe los suplementos en su casa cada mes a través de ProCare PharmacyCare. Los siguientes suplementos se enviarán con el aerosol nasal NASCOBAL® (cianocobalamina, Farmacopea de Estados Unidos [United States Pharmacopeia, USP]) vitamina B₁₂.

- ▶ BariActiv® Multivitamínico, con o sin hierro†
- ▶ BariActiv® Calcio + D₃ y magnesio†

El BariActiv®
multivitamínico
es ahora una
vez al día.

†Sin leche, huevos, pescado, mariscos, frutos secos, maní, trigo y soja.

INFORMACIÓN IMPORTANTE DE SEGURIDAD SOBRE NASCOBAL®

No utilice NASCOBAL® si es alérgico al cobalto, la vitamina B₁₂ o cualquiera de los componentes de NASCOBAL®.

NASCOBAL® puede ocasionar efectos secundarios serios, entre los que se incluyen los siguientes:

- **Debilitamiento del nervio ocular en pacientes con enfermedad de Leber temprana.** Informe a su proveedor de atención médica si usted o su familia tienen antecedentes de enfermedad de Leber en estadio temprano.
- **Reacciones alérgicas serias.** Se han producido reacciones alérgicas serias y potencialmente mortales, incluida la muerte, en personas que han recibido vitamina B₁₂ mediante inyección o infusión intravenosa (i.v.) (parenteral). Informe a su proveedor de atención médica si ha tenido alguna vez una reacción después de recibir vitamina B₁₂ mediante inyección o infusión i.v.
- **Ocultar (enmascarar) una deficiencia de folato.** Su proveedor de atención médica puede hacer ciertos análisis de sangre para comprobar sus niveles de vitamina B₁₂ y folato.

NUTRITION DIRECT™
IT'S ALL IN THE DELIVERY

DOS GRANDES OPCIONES PARA CONSEGUIR

LOS SUPLEMENTOS NUTRICIONALES QUE NECESITA PARA LA VIDA

BariActiv® Masticable

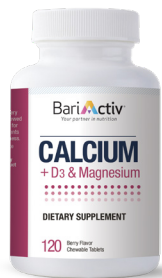
- ▶ Puede iniciarse poco después de la cirugía, como se ha comentado con su proveedor de atención médica
- ▶ Utilizado para soporte nutricional de por vida
- ▶ Sabor a fruta excelente

BariActiv® Comprimidos/cápsulas

- ▶ Cuando ya no se necesiten comprimidos masticables, se pueden comenzar a tomar comprimidos/cápsulas tal y como se ha comentado con su proveedor de atención médica.
- ▶ Utilizado para soporte nutricional de por vida

CÓMO TOMAR SUPLEMENTOS DE BARIACTIV®

BariActiv® Masticable (se puede masticar sin agua)



BariActiv® Calcio + D₃
y Magnesio masticable*

- ▶ Tomar una ración (2 comprimidos) dos veces al día



BariActiv® Multivitamínico masticable†

- ▶ Tomar una ración (1 comprimido) una vez al día



BariActiv® Multivitamínico + hierro masticable*†

- ▶ Tomar una ración (1 comprimido) una vez al día

CÓMO TOMAR SUPLEMENTOS DE BARIACTIV® (cont.)

BariActiv® Comprimidos/cápsulas (se pueden tragar fácilmente con agua)



BariActiv® Comprimidos de calcio + D₃ y magnesio*

- ▶ Tomar una ración (2 comprimidos) dos veces al día



BariActiv® Cápsula multivitamínica†

- ▶ Tomar una ración (1 cápsula) una vez al día



BariActiv® Multivitamínico + cápsula de hierro*†

- ▶ Tomar una ración (1 cápsula) una vez al día

Nota importante: las instrucciones son diferentes para los suplementos masticables y los comprimidos/cápsulas.

*Es muy importante **NO** tomar calcio ni multivitamínicos con suplementos de hierro al mismo tiempo. Tómelos con al menos 2 horas de diferencia.

†Hable con su médico sobre qué opción multivitamínica es la mejor para usted.

NUTRITIONDIRECT™
IT'S ALL IN THE DELIVERY

ACERCA DE LAS VITAMINAS Y MINERALES DE BARIACTIV®

NUTRITION DIRECT™: DISEÑADO PARA CUMPLIR LOS LINEAMIENTOS NUTRICIONALES DE LA ASMBS*†

Su entrega mensual de Nutrition Direct™ incluye suplementos que proporcionan los micronutrientes que la Sociedad Estadounidense de Cirugía Metabólica y Bariátrica recomienda para las personas que se han sometido a una cirugía de pérdida de peso.

Suplemento nutricional recomendado por la ASMBS*

BariActiv® Multivitamínicos masticables una vez al día

Vitamina B ₁	✓ 12 mg/día
Vitamina B ₁₂	✓ 500 mcg/día
Folato	✓ 1,360 EDF (800 mcg de ácido fólico)
Calcio†	✓ (consulte la nota al pie a continuación)
Vitamina A	✓ 3,000 mcg/día§
Vitamina E	✓ 15 mg/día
Vitamina K	✓ 300 mcg/día
Vitamina D	✓ 75 mcg/día
Hierro	✓ Masticable: 18 mg/día ✓ Comprimido/cápsula: 45 mg/día
Zinc	✓ 16 mg/día
Cobre	✓ 2 mg/día

*ASMBS Integrated Health Nutritional Guidelines for the Surgical Weight Loss Patient — 2016 Update: Micronutrients.

†Para todos los tipos de cirugía, incluida la derivación gástrica en Y de Roux (Rux-en-Y gastric bypass, RYGB), la gastrectomía laparoscópica en manga (GLM) y la banda gástrica ajustable laparoscópica (BGAL).

‡El calcio se suministra en BariActiv®, suplemento de calcio (1200 mg por día) + vitamina D (3000 UI por día). Es muy importante NO tomar calcio ni multivitamínicos con suplementos de hierro al mismo tiempo. Tómelos con al menos 2 horas de diferencia.

§Equivalente a 10,000 UI/día (3000 mcg de EAR/día) de retinol.

||Equivalente a 3,000 UI/día.

NUTRITION DIRECT™
IT'S ALL IN THE DELIVERY

RECIBA SUPLEMENTOS NUTRICIONALES DIRECTAMENTE EN SU HOGAR

INSCRIBIRSE EN NUTRITION DIRECT™

Ofrece a los pacientes elegibles los suplementos nutricionales que necesitan después de la cirugía de pérdida de peso por **tan solo \$0 al mes.**¶

Si su médico cree que Nutrition Direct™ puede ser la opción correcta para usted, puede inscribirse en 3 pasos:

- 1** Hable con su médico sobre Nutrition Direct™ en su próxima cita.
- 2** Su médico le pedirá que rellene la mitad superior del formulario de inscripción. El médico firmará la receta en la mitad inferior.
- 3** El consultorio del médico enviará por fax el formulario cumplimentado a ProCare PharmacyCare al 855-828-1492.

Recibirá una comunicación de bienvenida (mensaje de texto y/o llamada telefónica) de la farmacia para confirmar su pedido. Después de eso, ProCare PharmacyCare le enviará sus suplementos nutricionales en un plazo de 3 a 5 días. Recibirá un correo electrónico confirmando el envío con información de seguimiento para que pueda hacer un seguimiento de su envío.

Su pedido se rellenará automáticamente cada mes. La farmacia le ayudará con el procesamiento de reclamaciones de seguros cada mes para que los suplementos nutricionales en Nutrition Direct™ lleguen a su domicilio. Además de sus suplementos nutricionales, el paquete incluirá materiales para ayudarle a mantener un estilo de vida saludable.

¶Los pacientes pueden canjear esta oferta SOLO cuando estén acompañados de una receta válida. La oferta es válida hasta un beneficio máximo de \$150. La oferta no es válida para pacientes cuyas recetas se reembolsen en su totalidad o en parte bajo Medicaid, Medicare, Medigap, Departamento de Asuntos de los Veteranos (Veterans Affairs, VA), Departamento de Defensa (Department of Defense, DoD), TRICARE o cualquier otro programa federal o estatal (como programas de asistencia médica) o cuando la ley lo prohíba de otro modo. La oferta no es válida en el VT ni donde esté prohibido, total o parcialmente. Esta oferta puede modificarse o finalizarse en cualquier momento sin aviso.

ENTREGA DE SUPLEMENTOS POR MENOS DE LO QUE ESPERARÍA

Con Nutrition Direct™, recibe un suministro mensual de nutrientes que incluye los suplementos NASCOBAL® vitamina B₁₂, aerosol nasal y BariActiv®. Juntos, los suplementos NASCOBAL® y BariActiv® le proporcionan micronutrientes recomendados por las directrices de la Sociedad Estadounidense de Cirugía Metabólica y Bariátrica (ASMBS)*.

Muchas personas son elegibles para recibir Nutrition Direct™ por tan solo \$0 al mes.† Este es un suministro para 30 días de suplementos que se entregan directamente en su casa.

RECETA DEL AEROSOL NASAL NASCOBAL® CON INSCRIPCIÓN EN NUTRITION DIRECT™

LOS PACIENTES ELEGIBLES PUEDEN PAGAR TAN SOLO

\$0 AL MES† PARA RECIBIR VITAMINAS Y MINERALES QUE CUMPLAN LOS LINEAMIENTOS NUTRICIONALES DE LA ASMBS*

¿POR QUÉ PAGAR MÁS?

*ASMBS Integrated Health Nutritional Guidelines for the Surgical Weight Loss Patient — 2016 Update: Micronutrients.

†Los pacientes pueden canjear esta oferta SOLO cuando estén acompañados de una receta válida. La oferta es válida hasta un beneficio máximo de \$150. La oferta no es válida para pacientes cuyas recetas se reembolsen en su totalidad o en parte bajo Medicaid, Medicare, Medigap, VA, DoD, TRICARE o cualquier otro programa federal o estatal (como programas de asistencia médica) o cuando la ley lo prohíba de otro modo. La oferta no es válida en el VT ni donde esté prohibido, total o parcialmente. Esta oferta puede modificarse o finalizarse en cualquier momento sin previo aviso.

NUTRITION DIRECT™
IT'S ALL IN THE DELIVERY

- ▶ Nutrition Direct™ está diseñado especialmente para personas como usted
- ▶ Reciba Nutrition Direct™ directamente en su hogar por menos de lo que esperaba
- ▶ Es fácil obtener Nutrition Direct™



INFORMACIÓN IMPORTANTE DE SEGURIDAD SOBRE NASCOBAL® (cont.)

- Pueden producirse niveles bajos de potasio (hipopotasemia) y un recuento bajo de plaquetas en sangre (trombocitopenia) en personas con anemia megaloblástica seria. Su proveedor de atención médica puede monitorear sus niveles de potasio y recuentos de plaquetas durante su tratamiento con NASCOBAL®.

La deficiencia de vitamina B₁₂ puede ocultar signos de una afección sanguínea llamada policitemia vera. El tratamiento con NASCOBAL® puede descubrir esta afección.

Informe a su médico si está embarazada o tiene previsto quedar embarazada (no se sabe si NASCOBAL® dañará al bebé en gestación).

Consulte la Información importante de seguridad adicional en todo el documento.

Haga [clic aquí](#) para ver la información de prescripción completa.

NASCOBAL®
(Cyanocobalamin, USP) Nasal Spray

INFORMACIÓN IMPORTANTE DE SEGURIDAD SOBRE NASCOBAL®

No utilice NASCOBAL® si es alérgico al cobalto, la vitamina B₁₂ o cualquiera de los componentes de NASCOBAL®.

NASCOBAL® puede ocasionar efectos secundarios serios, incluyendo:

- **Debilitamiento del nervio ocular en pacientes con enfermedad de Leber temprana.** Informe a su proveedor de atención médica si usted o su familia tienen antecedentes de enfermedad de Leber en estadio temprano.
- **Reacciones alérgicas serias.** Se han producido reacciones alérgicas serias y potencialmente mortales, incluida la muerte, en personas que han recibido vitamina B₁₂ mediante inyección o infusión intravenosa (i.v.) (parenteral). Informe a su proveedor de atención médica si ha tenido alguna vez una reacción después de recibir vitamina B₁₂ mediante inyección o infusión i.v.
- **Ocultar (enmascarar) una deficiencia de folato.** Su proveedor de atención médica puede hacer ciertos análisis de sangre para comprobar sus niveles de vitamina B₁₂ y folato.
- **Pueden producirse niveles bajos de potasio (hipopotasemia) y un recuento bajo de plaquetas en sangre (trombocitopenia)** en personas con anemia megaloblástica seria. Su proveedor de atención médica puede monitorear sus niveles de potasio y recuentos de plaquetas durante su tratamiento con NASCOBAL®.

La deficiencia de vitamina B₁₂ puede ocultar signos de una afección sanguínea llamada policitemia vera. El tratamiento con NASCOBAL® puede descubrir esta afección.

Informe a su médico si está embarazada o tiene previsto quedar embarazada (no se sabe si NASCOBAL® dañará al bebé en gestación).

Informe a su proveedor de atención médica acerca de todos los medicamentos que toma, incluidos los medicamentos recetados y de venta libre, las vitaminas y los suplementos a base de hierbas.

Los efectos secundarios más frecuentes incluyen infección, dolor de cabeza, sensación de debilidad, náuseas, hinchazón de la lengua, secreción nasal y hormigueo de manos y pies.

Estos no son todos los posibles efectos secundarios de NASCOBAL®. Llame a su médico para obtener asesoramiento médico sobre los efectos secundarios. Puede informar sobre los efectos secundarios a la FDA al 1-800-FDA-1088.

Haga [clic aquí](#) para ver la información de prescripción completa.



NASCOBAL®
(Cyanocobalamin, USP) Nasal Spray

NASCOBAL® es una marca comercial registrada de Endo International plc o una de sus filiales.

© 2023 Endo International plc o una de sus filiales. Todos los derechos reservados.

NS-05809/Noviembre de 2023 www.NASCOBAL.com 1-800-462-ENDO (3636)