

Esquema recomendado de administración de vitaminas tras cruce duodenal

Nombre _____ Fecha de nacimiento _____

Comida/ refrigerio	Hora	Esquema de administración de vitaminas
Desayuno	_____:	Una cápsula multivitamínica de Bariatric Advantage High ADEK + comprimido de citrato de calcio de 500 mg
Almuerzo	_____:	Comprimido de citrato de calcio de 500 mg
Cena	_____:	Una cápsula multivitamínica de Bariatric Advantage High ADEK + comprimido de citrato de calcio de 500 mg
Refrigerio	_____:	Comprimido de citrato de calcio de 500 mg
Hora de acostarse	_____:	<p>Comprimido de hierro + vitamina C de 60 mg <input type="checkbox"/> Cinco días a la semana (hombres y mujeres posmenopáusicas)</p> <p>Comprimido de hierro + vitamina C de 60 mg <input type="checkbox"/> Siete días a la semana (mujeres con capacidad reproductiva)</p> <p>No tome hierro si en las dos horas anteriores ingirió productos lácteos, tomó suplementos de calcio, o bebió té o café.</p>
Vitamina B12		<p><input type="checkbox"/> Comprimido de vitamina B12 de 1000 mcg (sublingual) cada _____ (día de la semana)</p> <p><input type="checkbox"/> Inyección intramuscular de vitamina B12 de 1000 mcg una vez al mes</p>
Otro		
Proteínas necesarias		_____ g de proteína por día = _____ batido(s) de proteína por día
Calorías necesarias		<p>600 a 800 calorías diarias = su objetivo después de un mes de la operación (primera etapa)</p> <p>1200 a 1400 calorías diarias = su objetivo después de un mes de la operación (segunda etapa)</p>

Firma del médico _____ Fecha _____