

LO QUE USTED
NECESITA SABER
CIRUGÍA DE PÉRDIDA
DE PESO Y NUTRICIÓN



Representación de actores.

NUTRITIONDIRECT™
IT'S ALL IN THE DELIVERY

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

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



Representación de actores.

Este folleto lo ayudará a prepararse para lo que puede esperar de una cirugía de pérdida de peso. La vitamina B₁₂ es un buen ejemplo de esto. La cirugía de pérdida de peso puede limitar la cantidad de vitamina B₁₂ que su cuerpo absorbe. Puede ser común tener deficiencia de vitamina B₁₂ después de la cirugía. Es importante saber qué vitaminas y minerales necesita 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 saludable, incluido aprender a comer de manera diferente para obtener la nutrición que su cuerpo necesita.

Después de someterse a una cirugía bariátrica (de pérdida de peso), puede estar más cerca de sus metas que antes, ya sea estar suficientemente saludable como para seguir el ritmo de los niños o simplemente para sentirse mejor. Es probable que pierda peso, lo que puede ayudar si tiene afecciones relacionadas con el peso, como:

- ▶ Diabetes tipo 2
- ▶ Reflujo ácido
- ▶ Apnea del sueño
- ▶ Colesterol alto
- ▶ Alta presión arterial

NUTRITIONDIRECT™
IT'S ALL IN THE DELIVERY

POR QUÉ LAS VITAMINAS Y LOS MINERALES SON IMPORTANTES

Antes de la cirugía para perder peso, es posible que haya ingerido las vitaminas y minerales que necesitaba de su dieta. Pero esto es un poco diferente después de la cirugía para perder peso, porque la cirugía a menudo cambia la forma en que su cuerpo procesa los nutrientes. Por ejemplo, si parte de su tracto digestivo ha sido alterado o eliminado, es posible que su cuerpo no pueda absorber varias vitaminas o minerales importantes como lo hacía antes.

La vitamina B₁₂ es un buen ejemplo de esto. La cirugía de pérdida de peso puede limitar la cantidad de vitamina B₁₂ que su cuerpo absorbe. Hay algunas razones por las que esto sucede. Su nueva dieta podría tener menos alimentos ricos en vitamina B₁₂. La vitamina B₁₂ es liberada de los alimentos por los ácidos en el estómago y, si la comida pasa por alto el estómago por completo, la vitamina B₁₂ puede no ser liberada. La vitamina B₁₂ se adhiere a una sustancia llamada "factor intrínseco" (IF) y se transporta al intestino delgado, donde se absorbe en el cuerpo. Después de la cirugía para perder peso, la cantidad de IF producida por el estómago puede ser limitada. Puede ser común tener deficiencia de vitamina B₁₂ después de la cirugía.

Tendrá que tomar más vitaminas y minerales para asegurarse de que su cuerpo reciba las cantidades correctas. La Sociedad Americana de Cirugía Metabólica y Bariátrica (ASMBS, por sus siglas en inglés) tiene pautas específicas* que le indican exactamente qué vitaminas y minerales necesitará.

*Pautas nutricionales de salud integradas de la ASMBS para el paciente con pérdida de peso quirúrgica — Actualización 2016: Micronutrientes.

Visite nuestra página de Facebook para obtener actualizaciones y apoyo nutricional

SÍGANOS EN FACEBOOK.COM/NASCOBAL

Quizás se esté preguntando si realmente necesita tomar estos suplementos por el resto de su vida. Debe tomar sus vitaminas como lo recomiende su proveedor de atención médica.

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

- ▶ **Vitamina B₁₂:** hormigueo en dedos de manos y pies, fatiga, falta de memoria/confusión
- ▶ **Calcio y vitamina D:** entumecimiento y hormigueo en los dedos, 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 cabello o las uñas
- ▶ **Hierro:** sensación de cansancio o debilidad, falta de energía, problemas de concentración y memoria

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

NUTRITIONDIRECT™
IT'S ALL IN THE DELIVERY

¿QUÉ ES EL ESPRESSY NASAL NASCOBAL®?

El spray nasal NASCOBAL® es un medicamento recetado que se usa como un suplemento para tratar la deficiencia de vitamina B₁₂. Las personas que han tenido una cirugía bariátrica (de pérdida de peso) pueden no absorber suficiente vitamina B₁₂ de los alimentos. Es por eso que NASCOBAL® puede ser adecuado para usted. Es un spray nasal de sutil vapor que se absorbe directamente en el torrente sanguíneo, sin pasar por el estómago y el tracto digestivo. Es inodoro e insípido.

La dosificación de NASCOBAL® es simple: **1 pulverización, en 1 fosa nasal, 1 vez a la semana***

NASCOBAL® es el único spray nasal de vitamina B₁₂ aprobado por la FDA. Estas son algunas características de este producto:

- ▶ Spray nasal de una vez por semana
- ▶ No es una inyección dolorosa
- ▶ Sutil vapor insípido e inodoro
- ▶ Aumento y mantenimiento de los niveles de vitamina B₁₂ en ensayos clínicos
- ▶ Absorbido directamente en el torrente sanguíneo, está diseñado para evitar el tracto digestivo
- ▶ Autoadministrado

***Pueden requerirse ajustes de dosis.**

¿QUÉ ES NASCOBAL®?

NASCOBAL® es un medicamento recetado que se usa 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 usarse para una prueba de absorción de vitamina B₁₂ conocida como prueba de Schilling.

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

No se sabe si NASCOBAL® es efectivo en personas que actualmente tienen congestión nasal, alergias o una infección respiratoria grave. Debe esperar hasta que estos síntomas hayan desaparecido antes de usar NASCOBAL®.

No se sabe si NASCOBAL® es seguro y eficaz en niños.

Consulte toda la información de Seguridad importante. Haga [clic aquí](#) para obtener la Información de Prescripción completa.

CÓMO UTILIZAR NASCOBAL®



ANTES DE USAR NASCOBAL®

- ▶ La unidad contiene solo un spray: **NO presione antes de usar**
- ▶ Sople por la nariz suavemente para limpiar ambas fosas nasales
- ▶ Sostenga la unidad con el pulgar, apoyándola en la parte inferior, y los dedos índice y medio a ambos lados de la boquilla



USANDO NASCOBAL®

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



DESPUÉS DE USAR NASCOBAL®

- ▶ Retire la boquilla de su fosa nasal. Al mismo tiempo, mantenga el nivel de su cabeza durante 10 a 20 segundos, mientras respira suavemente por la nariz y exhala por la boca

No tome líquidos calientes ni coma alimentos calientes al menos una hora antes y una hora después de usar el spray nasal NASCOBAL®.

NASCOBAL®
(Cyanocobalamin, USP) Nasal Spray

NUTRITION DIRECT™ ESTÁ DISEÑADO ESPECIALMENTE PARA PERSONAS COMO USTED

FACILITANDO EL APOYO NUTRICIONAL DE POR VIDA

Después de la cirugía, se podría alterar o extirpar parte de su tracto digestivo y estómago. Su cuerpo no podrá absorber varios nutrientes importantes como lo hacía antes. Y dado que su estómago será más pequeño, no tardará tanto en sentirse lleno, por lo que comerá menos. Si está comiendo menos, también está recibiendo menos nutrientes. Por eso es más importante que nunca tomar suplementos vitamínicos y minerales.

Nutrition Direct™ ayuda a que sea fácil para usted tener cubiertos los nutrientes importantes. Le proporciona los micronutrientes recomendados en las pautas de la Sociedad Americana de Cirugía Metabólica y Bariátrica (ASMBS).*

*Pautas nutricionales de salud integradas de la ASMBS para el paciente con pérdida de peso quirúrgica — Actualización 2016: Micronutrientes.



Representación de actores

Consulte la Información Importante de Seguridad adicional en todo el folleto. Haga [clic aquí](#) para obtener la Información de Prescripción completa.

Con Nutrition Direct™, usted recibe, cada mes, suplementos nutricionales entregados en su hogar a través de ProCare PharmacyCare. Los siguientes suplementos se enviarán con el spray nasal de vitamina B₁₂ NASCOBAL® (Cianocobalamina, USP):

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



†No contiene leche, huevos, pescado, mariscos, nueces, maní, trigo ni soja.

INFORMACIÓN DE SEGURIDAD IMPORTANTE PARA NASCOBAL®

No use NASCOBAL® si es alérgico al cobalto, vitamina B₁₂ o cualquiera de los ingredientes de NASCOBAL®.

NASCOBAL® puede causar efectos secundarios graves, que incluyen:

- **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 temprana.
- **Reacciones alérgicas graves.** Han ocurrido reacciones alérgicas graves y potencialmente mortales, incluida la muerte, en personas que han recibido vitamina B₁₂ por inyección o por infusión intravenosa (IV) (parenteral). Informe a su proveedor de atención médica si alguna vez ha tenido una reacción después de recibir vitamina B₁₂ mediante inyección o infusión intravenosa (IV).
- **Deficiencia de folato oculta (encubierta).** Su proveedor de atención médica puede realizar ciertos análisis de sangre para verificar su nivel de vitamina B₁₂ y de folato.

NUTRITION DIRECT™
IT'S ALL IN THE DELIVERY

DOS GRANDES OPCIONES PARA CONSEGUIR LOS COMPLEMENTOS NUTRICIONALES QUE NECESITA PARA LA VIDA

BariActiv® masticable

- ▶ Se puede comenzar poco después de la cirugía, según lo discutido con su proveedor de atención médica
- ▶ Se usa para dar un soporte nutricional de por vida
- ▶ Sabor a frutas de gran sabor

BariActiv® en comprimidos/cápsulas

- ▶ Cuando ya no sean necesarios los comprimidos masticables, los comprimidos/las cápsulas pueden iniciarse según lo discutido con su proveedor de atención médica
- ▶ Se usa para dar un soporte nutricional de por vida

CÓMO TOMAR LOS SUPLEMENTOS BARIACTIV®

BariActiv® masticable (se puede masticar sin el uso de agua)



BariActiv® en comprimidos masticables de calcio + D₃ y magnesio*

- ▶ Tomar una toma (dos comprimidos) dos veces al día



BariActiv® en comprimidos multivitamínicos masticables†

- ▶ Tomar una toma (un comprimido) una vez al día



BariActiv® en comprimidos multivitamínicos + hierro masticables*,†

- ▶ Tomar una toma (un comprimido) una vez al día

CÓMO TOMAR LOS SUPLEMENTOS BARIACTIV® (continuación)

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



BariActiv® en comprimidos de calcio + D₃ y magnesio*

- ▶ Tomar una toma (dos comprimidos) dos veces al día



BariActiv® en cápsulas multivitamínicas†

- ▶ Tomar una toma (una cápsula) una vez al día



BariActiv® en cápsulas multivitamínicas + hierro*,†

- ▶ Tomar una toma (una 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 y multivitamínicos con suplementos de hierro al mismo tiempo. Tómelos con al menos dos horas de diferencia.

†Hable con su médico sobre qué opción de multivitamínico es mejor para usted.

NUTRITIONDIRECT™
IT'S ALL IN THE DELIVERY

SOBRE LAS VITAMINAS Y MINERALES BARIACTIV®

NUTRITION DIRECT™: DISEÑADO PARA CUMPLIR CON LAS PAUTAS NUTRICIONALES DE LA ASMBS*,†

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

ASMBS recomienda el suplemento nutricional*

BariActiv® Multivitamínico masticable, una vez al día

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

*Pautas nutricionales de salud integradas de la ASMBS para el paciente con pérdida de peso quirúrgica — Actualización 2016: Micronutrientes.

†Para todos los tipos de cirugía, incluidos el bypass gástrico en Y de Roux (RYGB), la gastrectomía en manga laparoscópica (LSG) y la banda gástrica ajustable laparoscópica (LAGB).

‡El calcio se proporciona en el suplemento Bariactiv® Calcio (1200 mg por día) + Vitamina D (3000 IU por día). Es muy importante NO tomar calcio y multivitamínicos con suplementos de hierro al mismo tiempo. Tómelos con al menos dos horas de diferencia.

§Equivalente a 10,000 IU por día (3000 mcg RAE por día) de retinol.

||Equivalente a 3,000 IU por día.

NUTRITION DIRECT™
IT'S ALL IN THE DELIVERY

OBTENGA LA ENTREGA DE SUPLEMENTOS NUTRICIONALES
EN LA PUERTA DE SU HOGAR

INSCRIBIRSE EN NUTRITION DIRECT™

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

Si su médico cree que Nutrition Direct™ puede ser adecuado para usted, puede inscribirse en tres pasos:

- 1** Hable con su médico sobre Nutrition Direct™ en su próxima cita.
- 2** Su médico le pedirá que complete la mitad superior del formulario de inscripción. El médico firmará la prescripción en la mitad inferior.
- 3** El consultorio del médico enviará por fax el formulario completado 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 tres a cinco días. Recibirá un correo electrónico confirmando el envío con información de seguimiento para que pueda rastrear su envío.

Su pedido se repondrá automáticamente cada mes. La farmacia lo ayudará con el procesamiento de reclamos de seguros cada mes, para que los suplementos nutricionales de Nutrition Direct™ lleguen a su hogar. Además de sus suplementos nutricionales, el paquete incluirá materiales para ayudarlo a mantener un estilo de vida saludable.

[¶]Los pacientes pueden canjear esta oferta SOLO si tienen una receta válida. La oferta es válida hasta un beneficio máximo de \$150. La oferta no es válida para los pacientes cuyas recetas se reembolsan en su totalidad o en parte en Medicaid, Medicare, Medigap, VA, DoD, TRICARE, o cualquier otro programa federal o estatal (como programas de asistencia médica) o donde lo prohíba la ley. La oferta no es válida en VT, o donde esté prohibida en su totalidad o en parte. Esta oferta puede ser modificada o finalizada en cualquier momento sin previo aviso.

ENTREGA DE SUPLEMENTOS POR MENOS DE LO QUE ESPERA

Con Nutrition Direct™, recibirá un suministro mensual de nutrientes que incluye el spray nasal de vitamina B₁₂ NASCOBAL® y suplementos de BariActiv®. Juntos, los suplementos NASCOBAL® y BariActiv® proporcionan los micronutrientes recomendados en las pautas de la Sociedad Americana de Cirugía Metabólica y Bariátrica (ASMBS).*

Muchas personas son elegibles para recibir Nutrition Direct™ por tan solo \$0 por mes.† Eso incluye un suministro de suplementos nutricionales para 30 días que se entrega directamente en su hogar.

PRESCRIPCIÓN DEL ESPRAY NASAL NASCOBAL® CON INSCRIPCIÓN EN NUTRITION DIRECT™

LOS PACIENTES ELEGIBLES PUEDEN PAGAR TAN POCO COMO

\$0 POR MES† PARA RECIBIR VITAMINAS Y MINERALES QUE CUMPLEN CON LAS PAUTAS NUTRICIONALES* DE LA ASMBS
¿POR QUÉ PAGAR MÁS?

*Pautas nutricionales de salud integradas de la ASMBS para el paciente con pérdida de peso quirúrgica — Actualización 2016: Micronutrientes.

†Los pacientes pueden canjear esta oferta SOLO si presentan una receta válida. La oferta es válida hasta un beneficio máximo de \$150. La oferta no es válida para los pacientes cuyas recetas se reembolsan en su totalidad o en parte en Medicaid, Medicare, Medigap, VA, DoD, TRICARE, o cualquier otro programa federal o estatal (como programas de asistencia médica) o donde lo prohíba la ley. La oferta no es válida en VT, o donde esté prohibida en su totalidad o en parte. Esta oferta puede ser modificada o finalizada en cualquier momento sin previo aviso.

NUTRITION DIRECT™
IT'S ALL IN THE DELIVERY

- ▶ Nutrition Direct™ está hecho especialmente para personas como usted
- ▶ Obtenga Nutrition Direct™ directamente en su puerta por menos de lo que usted esperaría
- ▶ Es fácil obtener Nutrition Direct™



INFORMACIÓN IMPORTANTE DE SEGURIDAD PARA NASCOBAL® (continuación)

- Los niveles bajos de potasio (hipopotasemia) y los niveles bajos de plaquetas (trombocitopenia) pueden ocurrir en personas con anemia megaloblástica grave. Su proveedor de atención médica puede controlar sus niveles de potasio y el recuento de plaquetas durante su tratamiento con NASCOBAL®.

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

Informe a su médico si está embarazada o planea quedar embarazada (no se sabe si NASCOBAL® puede dañar a su futuro bebé).

Consulte la Información Importante de Seguridad adicional en todo el folleto. Haga [clic aquí](#) para obtener la Información de Prescripción completa.

NASCOBAL®
(Cyanocobalamin, USP) Nasal Spray

INFORMACIÓN DE SEGURIDAD IMPORTANTE PARA NASCOBAL®

No use NASCOBAL® si es alérgico al cobalto, vitamina B₁₂ o cualquiera de los ingredientes de NASCOBAL®.

NASCOBAL® puede causar efectos secundarios graves, que incluyen:

- **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 temprana.
- **Reacciones alérgicas graves.** Han ocurrido reacciones alérgicas graves y potencialmente mortales, incluida la muerte, en personas que han recibido vitamina B₁₂ por inyección o por infusión intravenosa (IV) (parenteral). Informe a su proveedor de atención médica si alguna vez ha tenido una reacción después de recibir vitamina B₁₂ mediante inyección o infusión intravenosa (IV).
- **Deficiencia de folato oculta (encubierta).** Su proveedor de atención médica puede realizar ciertos análisis de sangre para verificar su nivel de vitamina B₁₂ y de folato.
- **Los niveles bajos de potasio (hipopotasemia) y los niveles bajos de plaquetas (trombocitopenia)** pueden ocurrir en personas con anemia megaloblástica grave. Su proveedor de atención médica puede controlar sus niveles de potasio y el recuento de plaquetas durante su tratamiento con NASCOBAL®.

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

Informe a su médico si está embarazada o planea quedar embarazada (no se sabe si NASCOBAL® puede dañar a su futuro bebé).

Informe a su proveedor de atención médica sobre los medicamentos que toma, incluidos medicamentos con receta y de venta libre, vitaminas, y suplementos herbales.

Los efectos secundarios más comunes incluyen: infecciones, dolor de cabeza, sensación de debilidad, náuseas, hinchazón en la lengua, secreción nasal, hormigueo en las manos y los pies.

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

Haga [clic aquí](#) para obtener la Información de Prescripción completa.



NASCOBAL®
(Cyanocobalamin, USP) Nasal Spray

Solo con receta médica

NASCOBAL® es una marca registrada de Endo International plc o una de sus afiliadas.
© 2021 Endo Pharmaceuticals Inc. Todos los derechos reservados. Malvern, PA 19355
NS-05667/Octubre 2021 www.nascobal.com 1-800-462-ENDO (3636)