

## El uso de vitaminas, minerales y suplementos antes de la cirugía

A diferencia de los medicamentos recetados y de venta libre, la FDA no controla los suplementos. Incluso si los ha estado tomando sin problemas, algunos pueden aumentar el riesgo de complicaciones con la cirugía o los procedimientos debido a que:

- Prolongan los efectos de la anestesia
- Aumentan el riesgo de sangrado
- Suben la presión arterial
- Interfieren con otros medicamentos
- Pueden causar un mayor riesgo de problemas cardíacos

Se le solicita suspender el uso de vitaminas y suplementos **dos semanas antes de la cirugía**, a menos que su cirujano le indique lo contrario. Estos son algunos ejemplos de suplementos comunes que se sabe que diluyen la sangre y afectan la anestesia:

- Agrimonia
- Aloe
- Árnica montana
- Raíz de casquete de Baikal
- Pastillas Bak Foong
- Bromelina
- Pimienta de cayena
- Manzanilla
- Peonía China
- Condroitina
- Canela
- Curcumina
- Danshen
- La garra del diablo
- Equinácea
- Efedra (Ma-Huang)
- Matricaria
- Aceite de pescado (Omega-3)
- Bulbos de fritillaria
- Ajo
- Geum japones (hierba asiática Bennet)
- Jengibre
- Ginkgo Biloba
- Ginseng
- Glucosamina
- Extracto de semilla de uva

- Guilinggao (gelatina de tortuga)
- Madreselva japonesa
- Kangen-karyu
- Raíz de kava
- Regaliz
- Melatonina
- Multivitaminas
- Aceite de gaulteria
- Poncitrina (jishi)
- Onagra
- Pimiento morrón rojo (capsaicina)
- Palma enana americana
- Infusión tónica de temporada
- Hierba de San Juan
- Té Ta gastronol
- Cúrcuma
- Raíz de Valeriana
- Vitamina E

**Tenga en cuenta:** Existen miles de vitaminas y suplementos diferentes en el mercado. Si los suyos no están en la lista, eso no significa que sea seguro tomarlos antes de la cirugía.

Algunos minerales son seguros para tomar antes de la cirugía. Esta es una lista de los que no causarán ningún problema con la anestesia:

- Hierro
- Magnesio
- Potasio
- Vitamina B
- Vitamina C
- Vitamina D
- Zinc

Si no está seguro de qué vitaminas, suplementos y minerales puede tomar con seguridad antes de la cirugía, hable con un miembro de su equipo de atención médica.

**Referencias:**

*Aesthetic Surgery Journal*, Volume 32, Issue 3. It's a publication of The American Society for Aesthetic Plastic Surgery

American Society of Anesthesiologist. Asahq.or/  
WhenSecondsCount.