Si a alguien se le olvida que está ayunando y come o bebe y luego se da cuenta, pues que siga ayunando ya que Al-lah le ha dado de comer o de beber.

De Abu Huraira, Allah esté complacido con él, que dijo el Profeta, Allah le bendiga y le dé paz: “Si a alguien se le olvida que está ayunando y come o bebe y luego se da cuenta, pues que siga ayunando ya que Allah le ha dado de comer o de beber.”.
[Hadiz auténtico (sahih)] [Registrado por Al-Bujari y Muslim]

La ley islámica se ha creado a partir de la sencillez y la facilidad, sin imposición por encima de las posibilidades de las personas y sin tener en cuenta aquello que escapa a la capacidad o a la voluntad. Un ejemplo de esto lo encontramos en que si alguien, estando de ayuno come, bebe o se realiza alguna acción que pueda romper su ayuno, pues que siga ayunando, ya que su ayuno es correcto. Esto se debe a que lo ha hecho involuntariamente, así que todo lo que haga el ser humano por descuido u olvido e involuntariamente, no rompe su ayuno, ni lo afecta, sino que Al-lah es Quien le ha dado de comer o de beber.

http://www.sunnah.global/hadeeth/es/show/4525