

COLONOSCOPIA

Instrucciones para pacientes diabéticos que se preparan para una colonoscopia

Lo siguiente son pautas solamente. Su proveedor de atención de la salud puede contestar preguntas más específicas.

Si tiene diabetes, todo lo que provoque un cambio en su rutina alimenticia usual requiere de una planificación especial para administrar de manera segura los niveles de glucosa en la sangre.

INSULINA Y PÍLDORAS PARA LA DIABETES

Si tiene diabetes, es importante que monitoree con frecuencia la glucosa en la sangre mientras prepara su intestino.

1. Tome sólo la mitad de su dosis usual de insulina o píldoras el día anterior a la colonoscopia, cuando estará tomando únicamente fluidos claros.
2. No tome ningún medicamento antidiabético la mañana de la colonoscopia. Por la mañana, tome la mitad de la dosis usual de insulina de acción prolongada, excepto si sólo toma insulina.
3. Revise sus niveles de glucosa en la sangre en casa antes de todas las comidas, antes de acostarse para dormir y en la mañana del examen. Tome nota de si tiene alguna inquietud o si tiene síntomas de niveles de glucosa muy bajos o muy altos.

CONSEJOS PARA LA COLONOSCOPIA

1. Pida que se programe temprano la colonoscopia para que pueda comer después y tomarse el medicamento lo más cercano a la hora acostumbrada.
2. REVISE SU NIVEL DE GLUCOSA EN LA SANGRE antes de todas las comidas y antes de acostarse, el día anterior y el día de la colonoscopia.
3. REVISE SU NIVEL DE GLUCOSA EN LA SANGRE en cualquier momento que sienta alguna inquietud o si tiene síntomas de niveles de glucosa muy bajos o muy altos.
4. El día de la colonoscopia llévese consigo el medidor de glucosa, las tiras de prueba, un tratamiento para niveles bajos de glucosa y un tentempié. No coma ningún alimento sólido antes de la colonoscopia y deje de beber líquidos dos horas antes de la colonoscopia.



COLONOSCOPIA

Opciones de alimentos y líquidos claros:

- La meta son 3 opciones de almidón o 45 gramos de carbohidratos en las comidas y 1 a 2 opciones de almidón o 15 a 30 gramos de carbohidratos para tentempiés.
- Evite alimentos de color rojo o con pigmentos de color rojo (sabores cereza, baya o uva).

Muestra de alimentos sin carbohidratos:

- Caldo o consomé sin grasa
- Refresco claro *light*
- Café
- Té, sin endulzante o *light*
- Soda
- Agua con saborizante

Menú de muestra:

Desayuno (3)	Almuerzo (3)	Cena (3)
Jugo de manzana o de uva blanca (1/2 taza)	Consomé (1 taza)	Consomé (1 taza)
Gelatina endulzada regular (1/2 taza)	Gelatina endulzada regular (1/2 taza)	Gelatina endulzada regular (2 tazas)
Té con limón	Bebida lima-limón	Bebida lima-limón <i>light</i>

