

COLONOSCOPIA

Instrucciones para la preparación intestinal

¡Es muy importante!

Siga estas instrucciones para eliminar el excremento (heces) de su colon. Para obtener los mejores resultados, siga con cuidado estas instrucciones. Si el médico no puede ver bien el interior del colon debido a una mala limpieza, el examen será menos útil y es posible que se pasen por alto elementos muy importantes. Quizá tenga que repetir el examen en otra ocasión. Los riesgos del examen aumentan si el colon no está limpio.

! Puede que el médico de la colonoscopia le dé instrucciones distintas para la preparación. Siga dichas instrucciones si son distintas de las que se presentan a continuación.



Paso 1. Una semana antes de la colonoscopia: No coma maíz, semillas de linaza/amapola/sésamo, nueces, aceites de pescado o medicamentos que contengan hierro, incluyendo las multivitaminas con hierro.



Paso 2. Unos días antes de la colonoscopia: Vaya a cualquier farmacia y compre los siguientes laxantes especiales. No necesita receta, pero es posible que los tengan guardados detrás del mostrador de la farmacia. Pregunte al farmacéutico. (Puede que su médico le recomiende laxantes distintos a los mostrados a continuación. Siga las instrucciones de su médico.)



- 2 tabletas de Dulcolax (también llamado bisacodilo) de 5 mg
- Jarra de 4 litros de preparación con Lyte (Golytely o Colyte o PegLyte o Klean-Prep), esto es un polvo en una jarra que luego se mezcla con agua. Es lo más comúnmente recomendado.
- Es posible que su médico le pida que use otro laxante, como Pico-Salax o Bi-PegLyte, como alternativas a los medicamentos "Lyte" indicados arriba. Estos requieren de una menor cantidad de líquido. Use el laxante que su médico recomiende.



- Algunas personas tienen problemas de mareo al tomar los laxantes. Tal vez quiera adquirir un medicamento contra el mareo, como Graval. El farmacéutico le mostrará opciones para esto.

Para mayor información sobre la colonoscopia, visite: mycolonoscopy.ca.

Optimizing colonoscopy, por Harminder Singh y John R. Walker, 2017, University of Manitoba, Canadá está autorizado bajo una Licencia Internacional Creative Commons Reconocimiento-SinObraDerivada 4.0. Se permite copiar y distribuir este material en su totalidad, siempre y cuando no se modifique en modo alguno (sin obra derivada).



COLONOSCOPIA

Paso 3. El día antes de la colonoscopia



- No coma ningún alimento sólido, hasta que haya terminado la colonoscopia.
- Beba fluidos claros únicamente, hasta dos horas antes de iniciar la colonoscopia. Estos líquidos son transparentes. Consulte la lista "Fluidos que se pueden beber" más adelante. No hay problemas con el café o el té con endulzante, pero sin leche o blanqueador.
- Trate de beber un vaso de fluido claro por cada hora que esté despierto.
- Mezcle el laxante líquido de acuerdo con las instrucciones. Quizá quiera guardarlo en el refrigerador para mantenerlo frío. Varias personas indican que sabe mejor frío.

Fluidos que se pueden beber:

- ✓ sopas claras
- ✓ jugo de manzana, jugo de uva **blanca**, jugo de arándano **blanco**
- ✓ Gatorade/Powerade claro o de limón
- ✓ ginger ale y agua
- ✓ café o té (no hay problemas con el azúcar y el endulzante)
- ✓ paletas heladas (pero no rojas o moradas)
- ✓ gelatina de limón o naranja

Alimentos y fluidos que no debe tomar:

- ✗ nada de pan, granos o arroz
- ✗ nada de sopas con trozos de comida
- ✗ nada de carnes, pescado, aves o mariscos
- ✗ nada de frutas o verduras
- ✗ nada de leche o productos lácteos
- ✗ nada de líquidos **rojos**, **azules** o **morados**
- ✗ nada de bebidas alcohólicas

Paso 4. El día antes de la colonoscopia a las 6:00 p. m.: tomar los laxantes



- Tome las 2 tabletas de Dulcolax (bisacodilo)
- Comience a tomar el laxante líquido (250 ml o 1 taza de preparación con Lyte) cada 10 a 15 minutos, hasta que termine la mitad del contenedor (2 litros u 8 tazas). Beba la primera mitad del contenedor de 4 litros en menos de 2 horas (antes de las 8 p. m.). Si su médico le recomienda un laxante distinto, tome la primera mitad de dicho laxante entre las 6 y 8 p. m., la tarde anterior a la colonoscopia.
- Si se siente enfermo, espere de 20 a 30 minutos, luego continúe tomando la preparación.

Para mayor información sobre la colonoscopia, visite: mycolonoscopy.ca.

Optimizing colonoscopy, por Harminder Singh y John R. Walker, 2017, University of Manitoba, Canadá está autorizado bajo una Licencia Internacional Creative Commons Reconocimiento-SinObraDerivada 4.0. Se permite copiar y distribuir este material en su totalidad, siempre y cuando no se modifique en modo alguno (sin obra derivada).



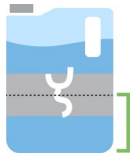
COLONOSCOPIA

- Puede tomar Gravol (25 a 50 mg) o un medicamento similar si persiste la náusea. El Gravol puede que lo adormezca.
- Es importante que se tome todos los laxantes. Los laxantes le provocarán evacuaciones frecuentes y líquidas. La meta es que tenga evacuaciones líquidas claras o color amarillo. **(Recuerde que cuando conduce por una tormenta de nieve es difícil visualizar el camino. De modo similar, su médico no podrá tener una vista clara durante la colonoscopia a menos que su colon esté muy limpio.)**



No está bien No está bien No está bien Casi ¡Listo!

Paso 5. El día de la colonoscopia



- No coma alimentos sólidos, beba únicamente fluidos claros
- De 4 a 5 horas antes de la colonoscopia, beba 250 ml (1 taza) de preparación con Lyte cada 10 a 15 minutos, hasta que termine la segunda mitad del contenedor (2 litros u 8 tazas). Termínese el contenedor antes de 1 o 2 horas. Si su médico recomienda un laxante distinto, tómese la segunda mitad 4 horas antes de la colonoscopia.
- Deje de beber fluidos al menos 2 horas antes de la colonoscopia
- Sus evacuaciones deben ser líquidas, claras o de color amarillo, ya que esto le permitirá al médico ver el intestino con mayor claridad.

Para mayor información sobre la colonoscopia, visite: mycolonoscopy.ca.

Optimizing colonoscopy, por Harminder Singh y John R. Walker, 2017, University of Manitoba, Canadá está autorizado bajo una Licencia Internacional Creative Commons Reconocimiento-SinObraDerivada 4.0. Se permite copiar y distribuir este material en su totalidad, siempre y cuando no se modifique en modo alguno (sin obra derivada).

COLONOSCOPIA

Paso 6. Planee que alguien lo lleve al examen y a casa después del examen



- Es importante tener a alguien que le acompañe para que escuche los resultados después del examen y para que lo lleve a casa. Pídale que anote los resultados y si se recomienda otra colonoscopia dentro de unos años. Usted se sentirá somnoliento después de la colonoscopia debido a los medicamentos usados para relajarle. Es posible que no recuerde lo que se le dijo acerca de los resultados. Esto significa que sería peligroso conducir un automóvil inmediatamente después del examen.
- Alguien debería estar con usted por hasta 24 horas después, mientras va disminuyendo la somnolencia y la pérdida de memoria. No será capaz de conducir.



Preguntas acerca de su colonoscopia: Si tiene alguna pregunta acerca de la preparación para la colonoscopia, o si tiene problemas, siéntase libre de llamar a la oficina del médico que le hará la colonoscopia (a menos que se le hayan dado instrucciones para llamar a un número distinto). El personal allí está acostumbrado a contestar preguntas. La mayoría de las oficinas están abiertas en días laborales regulares, de 9 a. m. a 4 p. m. Su farmacéutico estará bien familiarizado con sus medicaciones regulares y los diferentes laxantes usados en la preparación para la colonoscopia y, además, puede proporcionarle información útil.



Cancelación: Si debe cancelar el examen, informe a la oficina de programación de colonoscopias lo antes posible. Recuerde que si cancela a última hora o no asiste a la cita sin cancelar, ello implicará tiempo perdido y que no se administrará una colonoscopia a alguien más que estuvo esperándola. Si no asiste a su colonoscopia o la cancela, puede que haya una espera de varios meses para reprogramar la colonoscopia.

Por tanto, es importante llamar en cuanto antes para cancelar y reprogramar.



Resultados de su colonoscopia: Además de los resultados que reciba justo después de la colonoscopia, puede que reciba un informe por escrito. Si tiene alguna pregunta acerca de los resultados, comuníquese con el médico que le hizo la colonoscopia o con su médico de familia.

COLONOSCOPIA

Resolución de problemas



Problema: Quizá se le dificulte beber todo el líquido. A algunas personas no les gusta el sabor y tienen algo de dificultad para beber la cantidad necesaria que limpiará el colon como se debe.

Sugerencia: A algunas personas les ayuda beber con popote, así se evita probar demasiado. Si el polvo no tiene sabor, puede añadir saborizantes en polvo. Puede enjuagarse la boca con una bebida clara después de cada vaso que tome (p. ej., ginger ale, 7 Up®, jugo de manzana). Si se siente muy lleno, tal vez le ayude caminar.

- Enfríelo a la temperatura preferida en el refrigerador. Si comienza a sentir frío, puede sacarlo del refrigerador o beber un líquido claro y cálido, como un caldo o té herbario.



Problema: Si su colonoscopia está programada para la mañana (digamos, a las 9 a. m.), tendrá que levantarse a las 4 o 5 a. m. Para algunos esto no es fácil.

Sugerencia: Las investigaciones demuestran que tomar la mitad del laxante líquido en la tarde anterior al examen y la otra mitad en la mañana del examen es mejor para la limpieza intestinal y para obtener una mejor colonoscopia. Recuerde también que algunas personas deben levantarse temprano para un viaje largo. Planee por adelantado algunas actividades que pudiera hacer en la mañana (radio, música, TV, computadora) mientras va frecuentemente al baño.



Problema: Algunas personas experimentan flatulencia después del examen debido al aire que se usó para hacer la colonoscopia.

Sugerencia: Caminar también ayuda aliviar esta sensación.



Problema: Tiene que conducir por mucho tiempo para llegar a la instalación/hospital de la colonoscopia.

Sugerencia: La mayoría de las personas indican que no necesitan ir con tanta frecuencia al baño en las dos horas anteriores a la colonoscopia. Si debe viajar por más de una hora, puede que lo mejor sea hospedarse en un lugar cercano a la instalación donde recibirá la colonoscopia la tarde anterior al examen. Debería intentar terminar el laxante por la mañana al menos una hora o media hora antes de dejar la casa o el hotel.

