

# DECISIONES INFORMADAS SOBRE COLONOSCOPIA

## Instrucciones de preparación intestinal

### ¡Muy importante!

Siga estas instrucciones para limpiar las heces (caca) de su colon. Si sigue cuidadosamente estas instrucciones obtendrá los mejores resultados. Si el médico no puede ver bien el interior de su colon debido a una limpieza deficiente, la prueba es menos útil y pueden pasarse por alto cosas muy importantes. Es posible que tengas que repetir la prueba en otra ocasión.

Los riesgos de la prueba son mayores si el colon no está limpio.

Su médico especialista en colonoscopias puede darle instrucciones diferentes para la preparación. Por favor, sígalas si son distintas de las que se indican a continuación.



**Paso 1. Una semana antes de la colonoscopia** No coma maíz, semillas de lino/amapola/sésamo, frutos secos, aceites de pescado ni medicamentos que contengan hierro, incluidas las multivitaminas que lo contengan.

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



- Una caja de preparado Bi-PegLyte. La caja contiene 2 paquetes de laxante en polvo que luego mezclará con agua para preparar dos soluciones de PegLyte de 1 litro. La caja también contiene 3 comprimidos de bisacodilo.

- Su médico puede pedirle que utilice otro laxante como CoLyte, PegLyte, KleanLyte o Pico-Salax como alternativas al "Bi-PegLyte". **Utilice el laxante que le recomiende su médico.**



• Algunas personas tienen problemas de náuseas cuando toman laxantes. Es posible que quieras tomar un medicamento contra las náuseas, como Graval. El farmacéutico puede mostrarte las opciones para ello.

Para más información sobre la colonoscopia, visite: [mycolonoscopy.ca](http://mycolonoscopy.ca).

Optimización de la colonoscopia por Harminder Singh y John R. Walker, 2023, Universidad de Manitoba, Canadá

está bajo Licencia de Creative Commons Atribución-Sin Derivar 4.0 Internacional. Usted es libre de copiar y distribuir este material en su totalidad, siempre y cuando no se altere de ninguna manera (sin obras derivadas).



# DECISIONES INFORMADAS SOBRE COLONOSCOPIA

## Paso 3. El día antes de la colonoscopia



- **No coma ningún alimento sólido hasta que termine la colonoscopia.**
- Beba sólo líquidos claros hasta dos horas antes de la colonoscopia. Se trata de líquidos a través de los cuales se puede ver. Consulte la lista de "Líquidos adecuados" que aparece a continuación. Puede tomar café o té con edulcorante, pero no leche ni blanqueador.
- Intente beber un vaso de líquidos claros cada hora que esté despierto.



- Mezcle todo el contenido de un paquete de laxante en polvo en 1 litro (32 onzas) de agua tibia hasta que se forme una solución clara. No utilice agua fría. Repita el paso con el segundo paquete. No añada nada más (por ejemplo, aromatizantes, zumo). Puede guardar esta solución de PegLyte en el frigorífico para que sepa mejor.

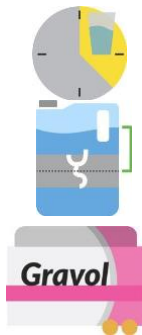


### Líquidos que están bien:

- ✓ sopas claras
- ✓ jugo de manzana, jugo de uva blanca, jugo de arándano blanco
- ✓ Gatorade/Powerade claro o con limón
- ✓ ginger ale, Kool-Aid y agua
- ✓ café o té (con azúcar y edulcorante) sin leche ni crema
- ✓ paletas (no rojas ni moradas)
- ✓ gelatina de limón o naranja

### Alimentos y líquidos que no están bien:

- ✗ nada de pan, cereales o arroz
- ✗ nada de sopas con trozos de comida.
- ✗ nada de carne, pescado, aves o marisco
- ✗ ni fruta ni verdura
- ✗ ni leche ni productos lácteos
- ✗ ni líquido **rojo**, **azul** o **morado**
- ✗ nada de bebidas alcohólicas
- ✗ Refrescos de color oscuro (Pepsi y Coca-Cola)



## Paso 4. El día antes de la colonoscopia - tomar los laxantes.

- Alrededor de las 2 PM: Tome los 3 comprimidos de bisacodilo. No tome ningún **antiácido** en la hora siguiente a la toma de bisacodilo.
- Por la noche, hacia las 20.00 horas, beba 1 litro de solución PegLyte. Beba aproximadamente 1 taza (250 ml) cada 10 minutos.
- Si se encuentra mal, espere de 20 a 30 minutos y siga tomando la preparación.
- Puede tomar Gravol (25 a 50 mg) o un medicamento similar si las náuseas continúan. Gravol puede producirle somnolencia.

Para más información sobre la colonoscopia, visite: [mycolonoscopy.ca](http://mycolonoscopy.ca).

Optimización de la colonoscopia por Harminder Singh y John R. Walker, 2023, Universidad de Manitoba, Canadá

está bajo Licencia de Creative Commons Atribución-Sin Derivar 4.0 Internacional. Usted es libre de copiar y distribuir este material en su totalidad, siempre y cuando no se altere de ninguna manera (sin obras derivadas).

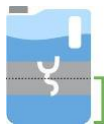
# DECISIONES INFORMADAS SOBRE COLONOSCOPIA

- Es importante tomar todos los laxantes. Los laxantes provocarán deposiciones blandas frecuentes. El objetivo es tener deposiciones líquidas, de color claro a amarillo.
- **Recuerde que cuando conduce en medio de una tormenta de nieve es difícil ver la carretera. Del mismo modo, su médico no puede obtener una visión clara para la colonoscopia a menos que su colon esté muy limpio.**
- Sus deposiciones deben ser líquidas, de color claro a amarillo, lo que permite a su médico ver su intestino con mayor claridad.



## Paso 5. El día de la colonoscopia - 4-5 horas antes de la colonoscopia

- **No coma alimentos sólidos, beba sólo líquidos claros.**
- Beba aproximadamente 1 taza (250 ml) del segundo litro de solución PegLyte cada 10 minutos hasta que termine de beber el segundo litro.
- **DEJE DE BEBER TODOS LOS LÍQUIDOS 2 horas antes de la colonoscopia.**



## Paso 6. Haz que alguien te lleve al examen y que alguien te lleve a casa después del examen.

- Es importante que le acompañe alguien que pueda quedarse para escuchar los resultados facilitados después de la prueba y luego llevarle a casa. Pídale que anote los resultados y si se sugiere otra colonoscopia en años futuros. Después de la colonoscopia se sentirá somnoliento debido a los medicamentos utilizados para relajarle. Es posible que no recuerde las cosas que le digan sobre los resultados. Esto significa que sería peligroso conducir un coche inmediatamente después de la prueba.
- Alguien debe estar con usted hasta 24 horas después, mientras desaparece la somnolencia y el olvido. No podrá conducir.



## Preguntas sobre su colonoscopia: Si tiene preguntas sobre la

Para más información sobre la colonoscopia, visite: [mycolonoscopy.ca](http://mycolonoscopy.ca).

Optimización de la colonoscopia por Harminder Singh y John R. Walker, 2023, Universidad de Manitoba, Canadá

está bajo Licencia de Creative Commons Atribución-Sin Derivar 4.0 Internacional. Usted es libre de copiar y distribuir este material en su totalidad, siempre y cuando no se altere de ninguna manera (sin obras derivadas).

# DECISIONES INFORMADAS SOBRE COLONOSCOPIA

preparación para la colonoscopia, o si tiene problemas, puede llamar a la consulta del médico que le hará la colonoscopia (a menos que le hayan indicado que llame a otro número). El personal está acostumbrado a atender preguntas. La mayoría de las consultas están abiertas los días laborables de 9.00 a 16.00 horas. Su farmacéutico estará muy familiarizado con sus medicamentos habituales y los distintos laxantes utilizados para preparar la colonoscopia, y también puede proporcionarle información útil.



**Cancelación:** Si tiene que cancelar la prueba, informe a la oficina de reservas de colonoscopias lo antes posible. Recuerde que si cancela en el último momento o no acude a la cita sin haberla cancelado, perderá tiempo, ya que se podría haber realizado una colonoscopia a otra persona que está esperando. Si no acude a la colonoscopia o la cancela, es posible que tenga que esperar varios meses para que le vuelvan a reservar una colonoscopia. De ahí que sea importante llamar lo antes posible para anular la cita y concertar otra.



**Resultados de su colonoscopia:** Además de los resultados, que recibe justo después de su colonoscopia puede recibir un informe escrito. Si tiene preguntas sobre los resultados, póngase en contacto con el médico que le hizo la colonoscopia o con su médico de familia.



Para más información sobre la colonoscopia, visite: [mycolonoscopy.ca](http://mycolonoscopy.ca).

Optimización de la colonoscopia por Harminder Singh y John R. Walker, 2023, Universidad de Manitoba, Canadá

está bajo Licencia de Creative Commons Atribución-Sin Derivar 4.0 Internacional. Usted es libre de copiar y distribuir este material en su totalidad, siempre y cuando no se altere de ninguna manera (sin obras derivadas).

# DECISIONES INFORMADAS SOBRE COLONOSCOPIA

## Resolución de problemas

---



**Problema:** Puede resultarle difícil beber todo el líquido. A algunas personas no les gusta el sabor y otras tienen dificultades para beber la cantidad necesaria para limpiar correctamente el colon.

**Sugerencia:** A algunas personas les ayuda beber con pajita, para no notar tanto el sabor. Puedes enjuagarte la boca con una bebida clara después de cada vaso (por ejemplo, ginger ale, 7 Up®, zumo de manzana). Si te sientes muy lleno, puede ayudarte caminar.

- Enfríalo a la temperatura que prefieras en el frigorífico. Si empiezas a tener frío, puedes sacarlo de la nevera o beber algún líquido claro caliente, como caldo o infusión.



**Problema:** Si su colonoscopia está programada para la mañana (por ejemplo, a las 9 de la mañana), tendrá que levantarse a las 4 ó 5 de la mañana. A algunas personas esto les resulta difícil.

**Sugerencia:** Las investigaciones demuestran que tomar la mitad del laxante líquido la noche anterior a la prueba y la otra mitad la mañana de la prueba es mejor para limpiar el intestino y da como resultado mejores colonoscopias. Recuerda también que a menudo hay que madrugar antes de un viaje largo. Planifique con antelación algunas actividades que pueda hacer temprano por la mañana (radio, música, televisión, ordenador) mientras hace frecuentes viajes al baño.



**Problema:** algunas personas tienen gases después de la prueba debido al aire que se utiliza para ayudar a realizar la colonoscopia.

**Sugerencia:** Caminar puede ayudar con esta sensación.



**Problema:** tiene un largo trayecto en coche para llegar al centro/hospital de colonoscopia.

**Sugerencia:** La mayoría de las personas descubren que no tienen que hacer frecuentes visitas al baño en las dos horas previas a la colonoscopia. Si tiene que viajar durante más de una hora, puede ser mejor que se aloje en un lugar más cercano al centro de colonoscopia a partir de la tarde anterior a la colonoscopia. Intente terminar el laxante por la mañana media o una hora antes de salir de casa o del hotel.



Para más información sobre la colonoscopia, visite: [mycolonoscopy.ca](http://mycolonoscopy.ca).

Optimización de la colonoscopia por Harminder Singh y John R. Walker, 2023, Universidad de Manitoba, Canadá

está bajo Licencia de Creative Commons Atribución-Sin Derivar 4.0 Internacional. Usted es libre de copiar y distribuir este material en su totalidad, siempre y cuando no se altere de ninguna manera (sin obras derivadas).