

## PREPARACIÓN DEL/DE LA PACIENTE PARA LA COLONOSCOPIA: PREPARACIÓN CON MIRALAX DE 2 DÍAS

Su colonoscopia con el doctor/la doctora. \_\_\_\_\_ está programada para el \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_ en Barton Memorial Hospital 2170 South Ave South Lake Tahoe, CA 96150. Deberá registrarse en la entrada principal del hospital. Si no puede asistir a su cita el mismo día, por favor llame al Departamento de Endoscopia al **530-543-5960**. Por favor llame si tiene algún síntoma de fiebre, tos o insuficiencia respiratoria el día de su procedimiento.

Su cita de seguimiento en el consultorio del médico/de la médica será

Fecha: \_\_\_\_\_ Horario: \_\_\_\_\_

Si necesita cambiar o cancelar su cita antes del día de la cita, por favor llame a la oficina de su médico/ médica al **530-543-5691** (Doctores Shepard o Evans) o al **530-543-5985** (Dr. Brumand).

Una /un enfermero le llamará de 1 a 2 semanas antes de su cita para ver las instrucciones, ofrecerle un horario de llegada, contestar preguntas y programar una prueba de Covid previa al procedimiento. Responda al teléfono o conteste la llamada de la enfermera/del enfermero. *Lea y siga todas las instrucciones en su totalidad. Si su colon no está limpio, su procedimiento tendrá que ser reprogramado.*

### Deberá adquirir lo siguiente:

- Miralax (polietilenglicol 3350) **dos** botellas de 238 gramos. El genérico o la marca de fábrica de la tienda funciona tan bien como la marca de nombre genérico. La receta no es obligatoria.
- SI NO PUEDE ENCONTRAR LOS (DOS) FRASCOS DE 238 GRAMOS: 28 de los paquetes de dosis individuales es la misma cantidad. Esto puede exigir que compre más de una caja de paquetes.
- Los comprimidos Dulcolax (bisacodil), una caja que contiene al menos 8 comprimidos. El genérico o la marca genérica de la tienda funciona tan bien como la marca de nombre genérico. La receta no es obligatoria.
- 128 onzas de Gatorade u otra bebida deportiva isotónica de cualquier sabor que no sea color rojo ni púrpura.
- Una variedad de líquidos claros para beber los dos días antes de su Colonoscopia: jugo de frutas claros sin pulpa, Gatorade u otra bebida deportiva, refrescos claros, gelatina, caldo claro, agua con gas. Evite colores rojo y púrpura.
- También puede querer comprar toallitas húmedas de limpieza y ungüento calmante, como Vaseline o Desitin para proteger el área anal.



### **7 DÍAS ANTES DE LA COLONOSCOPIA:**

- Evite nueces, semillas, granos enteros, frijoles, maíz, frutas y verduras crudas para poder facilitar la limpieza del colon. Un colon limpio significa un examen completo.
- Interrumpa la toma de hierro, multivitaminas y suplementos herbarios. Estos pueden afectar el sangrado o dificultar la limpieza del colon.
- Suspenda los medicamentos para la diarrea, como Imodium y Kaopectate.

### **3 DÍAS ANTES DE LA COLONOSCOPIA:**

- Suspenda la ingesta de aspirina, ibuprofeno (Motrin), naproxeno (Aleve) u otros antiinflamatorios no esteroideos o AINE de venta libre. Si un médico/una médica le ha recetado aspirina; por favor siga las instrucciones que la /el enfermero/el enfermero de Barton le indicó para tomar su aspirina.
- Compre sus medicamentos de preparación intestinal si aún no lo ha hecho.
- Consuma una dieta baja en residuos (baja en fibra) para que el colon sea más fácil de limpiar.

#### **Una dieta baja en residuos significa que puede comer:**

- Frutas y verduras bien cocidas o enlatadas sin semillas, que incluyen: espárragos, betabel, zanahorias, champiñones, judías verdes y patatas sin piel.
- Pollo, pescado, carne de ternera, cerdo, tofu o huevos. Leche, queso, helado sin nueces ni semillas y yogur.
- Productos horneados preparados con harina blanca, tortas, galletas, budín, crema de trigo/sémola, arroz blanco y pastas y fideos refinados.
- Margarina, mantequillas/aceites, salsas suaves y aderezos.
- Plátanos maduros, melón, aguacate, melón verde, melón cantalupo.
- Caramelos duros y paletas heladas.

**Evite los alimentos con alto contenido de fibra, incluidos:** frutos secos, semillas, pan integral de trigo, avena/cereales, granola, frijoles, maíz/palomitas de maíz, pimienta, frutas o verduras crudas/secas con semillas y piel, ensaladas, bebidas con pulpa, suplementos nutricionales que contienen fibra.

### **2 DÍAS ANTES DE LA COLONOSCOPIA:**

- En la mañana cuando se despierta; comience su dieta líquida clara. **No coma ningún alimento sólido los DOS días antes de la colonoscopia.** Limite su dieta solo a líquidos claros.
- Un líquido claro es transparente, no incoloro (líquidos a través de los cuales se puede leer un periódico). Los líquidos claros incluyen: agua, agua mineral, caldos claros libres de grasa (pollo, carne de res, verduras, o caldo de hueso), jugos de frutas claros sin pulpa (limonada, manzana, uva blanca o jugo de arándano blanco), Crystal Light, Gatorade u otras bebidas deportivas, ginger ale y otras bebidas sin gas carbonatadas y no carbonatadas, café o té negro (sin leche ni crema), gelatina hecha con agua (no leche), paletas sin pulpa de fruta.
- Evite líquidos con coloración roja o púrpura. Estos pueden parecer sangre cuando examinamos su colon. Evite el alcohol.
- Comience su preparación intestinal a la hora indicada y tómela completamente para garantizar un buen examen.
- A las 12 p.m. tome 4 tabletas de Dulcolax con 8 onzas de un líquido claro (cada tableta de Dulcolax tiene 5mg para un total de 20 mg).
- Para preparar su solución de preparación intestinal: Mezcle **un frasco entero de 238 gramos** de polvo de Miralax con 64 onzas de Gatorade, agite hasta que Miralax se disuelva (divida de manera uniforme si tiene 2 botellas de Gatorade) y colóquelo en el refrigerador para enfriarlo.
- No siga las instrucciones de dosificación del frasco Miralax. Use UNA botella ENTERA de polvo. Si compró los paquetes individuales de Miralax: use un total de 14 paquetes para igualar 238 gramos.
- A las 4:00 p.m. empiece a beber 8 onzas (un vaso) de la mezcla Miralax-Gatorade cada 10 a 15 minutos hasta que haya terminado toda la mezcla.

### **Consejos para la preparación del intestino:**

- El uso de un popote puede ayudarle a beber la mezcla Miralax-Gatorade más fácilmente.
- Si está trabajando durante los dos días antes de su procedimiento, organice para estar en su hogar y comenzar a beber su solución de preparación intestinal. Tendrá bastante diarrea después de beber la preparación. Planifique estar cerca de un baño una vez que comience a beber su solución de la preparación del intestino.
- Es esperable que tenga diarrea intensa con distensión abdominal leve y calambres. Esta es una respuesta normal a estos medicamentos y significa que el medicamento está trabajando para eliminar las heces de su colon.
- Si tiene náuseas o vómitos: deje de beber la solución de preparación intestinal durante 30 a 60 minutos y luego reanude lentamente. Beber la solución de manera más lenta puede ayudarle a terminar toda la preparación intestinal.

### **Consejos para la preparación intestinal (continuación):**

- Es muy importante terminar todas las soluciones y los comprimidos de preparación intestinal. Si su intestino no está limpio cuando se presente al examen, su procedimiento tendrá que ser reprogramado para prevenir un examen incompleto o deficiente.
- Tenga en cuenta el color y la transparencia de sus evacuaciones intestinales para que pueda avisar a la enfermera/el enfermero. Un resultado "claro" es transparente, acuoso y claro o de color amarillo.
- Manténgase hidratado/a con al menos 12 vasos de líquido claro de su elección (de 8 a 10 onzas cada uno) durante todo el día, además de la solución de preparación intestinal para prevenir la deshidratación.
- Si su trasero está dolorido durante la preparación puede utilizar toallitas de bebé, vaselina o Desitin aplicados en el área anal para el alivio.

### **1 DÍA ANTES DE LA COLONOSCOPIA:**

- Continúe su dieta líquida clara hoy mismo. **No coma ningún alimento sólido los DOS días antes de la colonoscopia.** Limite su dieta a líquidos claros solamente.
- A las 12 p.m., tome 4 tabletas de Dulcolax con 8 onzas de un líquido claro (cada tableta de Dulcolax tiene 5mg para un total de 20 mg).
- Para preparar la solución de preparación intestinal: Mezcle **un** frasco entero **de 238 gramos** de polvo de Miralax con 64 onzas de Gatorade, agite hasta que Miralax se disuelva (divida de manera uniforme si tiene 2 botellas de Gatorade) y colóquelo en el refrigerador para enfriarlo.
- No siga las instrucciones de dosificación del frasco Miralax. Use UNA botella ENTERA de polvo. Si compró los paquetes individuales de Miralax: use un total de 14 paquetes para igualar 238 gramos.
- A las 4:00 p.m., empiece a beber 8 onzas (un vaso) de la mezcla Miralax-Gatorade cada 10 a 15 minutos hasta que haya terminado LA MITAD (32 onzas) de la mezcla. Refrigere la mitad restante de la solución de preparación. Debe beber la mitad restante en la mañana.
- Beba 16 onzas adicionales del líquido claro de su elección después de consumir la mezcla de preparación intestinal para mantenerse hidratado durante las próximas 1 a 2 horas.

### **DÍA DE LA COLONOSCOPIA:**

- De 6 a 8 horas antes de la hora del procedimiento, aunque sea en medio de la noche, comience a beber la otra mitad (32 onzas) de la mezcla de Miralax-Gatorade. Beba 8 onzas (un vaso) cada 10 o 15 minutos hasta que termine la mezcla. Luego, beba 16 onzas adicionales de líquido claro. Debe interrumpir la ingesta de toda su preparación intestinal y cualquier líquido adicional 4 horas antes de la hora de su procedimiento programado. El tiempo es importante.
- Puede seguir bebiendo líquidos claros hasta **4 horas** antes de *su hora de llegada*. Tome todos los medicamentos necesarios para el corazón, presión arterial, anti convulsiones o para el Parkinson en ese período de tiempo.
- **Debe presentarse acompañado de una persona adulta que lo/a pueda llevar a su hogar.** No puede tomar un taxi ni Uber solo/a, ni caminar a casa después de esta sedación. Si no tiene acompañamiento, no puede realizar un procedimiento con sedación. No se harán excepciones.

- Tenga la información de contacto para su viaje de regreso a casa y avise que respondan a nuestra llamada. Debemos poder confirmar su acompañamiento.
- Quítese las joyas y los piercings antes de llegar al hospital.
- No traiga objetos de valor al hospital. Tenga a mano recipientes para el almacenamiento de dentaduras postizas, puentes extraíbles, lentes de contacto, audífonos y gafas. Presente su identificación y tarjeta de seguro.
- Por favor, no traiga medicamentos de casa al hospital, excepto inhaladores.
- Planee permanecer hasta tres horas en el hospital. No es necesario que su acompañante al hospital permanezca en el hospital. Solo debe permanecer a 30 minutos en automóvil del hospital y estar disponible por teléfono.
- No podrá trabajar ni manejar el día de su procedimiento. En la mayoría de los casos, puede reanudar sus actividades normales al día siguiente.

#### **SI TOMA MEDICAMENTOS PARA LA DIABETES:**

- Es posible que tenga que cambiar la forma en que toma los medicamentos orales para la diabetes y la insulina en los días previos al procedimiento.
- Una /un enfermero le dará instrucciones sobre cualquier cambio necesario para sus medicamentos para la diabetes durante la llamada telefónica previa al procedimiento que se lleva a cabo de 1 a 2 semanas antes de su procedimiento. Por favor, asegúrese de contestar el teléfono o devolver la llamada de la /el enfermero para que pueda recibir estas instrucciones importantes.

#### **SI TOMA ANTICOAGULANTES O AINE:**

- Es posible que tenga que dejar de tomar su anticoagulante o AINE antes del procedimiento si es seguro hacerlo.
- Una enfermera/un enfermero le dará instrucciones específicas para el anticoagulante o AINE que está tomando durante la llamada telefónica previa al procedimiento que se lleva a cabo de 1 a 2 semanas antes del procedimiento. Por favor, asegúrese de contestar el teléfono o devolver la llamada de la enfermera/el enfermero para que pueda recibir estas instrucciones importantes.
- Si la enfermera/el enfermero le indica que interrumpa su anticoagulante o AINE durante varios días, hágalo, ya que disminuirá su riesgo de sangrado después del procedimiento. Avísenos a su llegada el día del procedimiento si interrumpió la toma de su anti coagulante o continuó tomándolo.
- Los analgésicos de venta libre clasificados como AINE deben interrumpirse durante 3 días antes de su procedimiento.

**OTROS MEDICAMENTOS RECETADOS:**

- La mayoría de los demás medicamentos recetados se tomarán como lo hace normalmente. Una enfermera/Un enfermero de Barton hablará con usted antes de su procedimiento para darle instrucciones específicas con respecto a los medicamentos que toma.

<b>Agentes antiplaquetarios y anticoagulantes:</b>	<b>Medicamentos antiinflamatorios no esteroides (AINES):</b>
Rivaroxabán (Xarelto) Dabigatrán (Pradaxa) Aspirina Aspirina con recubrimiento entérico Apixaban (Eliquis) Enoxaparina (Lovenox) Dipiridamol/aspirina (Aggrenox) Polisulfato de pentosán (Elmiron) Cilostazol (Pletal) Prasugrel (Effient) Ticagrelor (Brilinta) Warfarina (Coumadina) Heparina Dipiridamol (Persantine) Ticlopidina (Ticlid) Anisindiona (miradón) Clopidogrel (Plavix)	Ibuprofeno (Motrin, Advil, Nuprin, Rufen) Diclofenac (Voltaren) Naproxeno (Aleve) Oxaprozina (Daypro) Ketoprofeno (Actron, Orudis) Sulindac (Clinoril) Meloxicam (Mobic) Indometacina (Indocina) Piroxicam (Feldene) Ketorolac (Toradol) Nabumetone (Relafen) Tolmetina (Tolectina)

