

PREPARACIÓN INTESTINAL ESTÁNDAR CON MIRALAX/POLIETILENGLICOL

Para garantizar los mejores resultados posibles de la colonoscopia, siga estas instrucciones específicas de su médico. Un colon limpio permite al equipo de atención llevar a cabo el procedimiento con precisión. Si el colon no está lo suficientemente limpio, es posible que debamos reprogramar su cita.

Preguntas no médicas sobre la preparación:

- Llame a Gifthealth al 833-614-4438 o envíe un correo electrónico a Care@gifthealth.com.
- Si no utiliza Gifthealth, llame a los números de la clínica que figuran más arriba.

Preguntas médicas:

- Durante el horario de atención (de 7:30 a. m. a 5 p. m.), llame a los números de la clínica que figuran más arriba.
- Fuera del horario de atención (de 5 p. m. a 7:30 a. m.), hay un médico de guardia para responder preguntas médicas urgentes.

LOS DÍAS ANTERIORES AL PROCEDIMIENTO

Notas especiales:

- Si toma medicamentos **anticoagulantes** (como Coumadin o Plavix) y no ha hablado con un profesional de enfermería de WAGI, comuníquese con la clínica.
- Si toma un **medicamento con péptido similar al glucagón de tipo 1 (GLP-1)** (Ozempic, etc.), suspenda las dosis semanales al menos 7 días antes del procedimiento o las dosis diarias el día anterior, a menos que en el consultorio le indiquen lo contrario. Si tiene inquietudes al respecto, comuníquese con su proveedor de atención primaria.
- Si toma **medicamentos con cotransportador de sodio-glucosa de tipo 2 (SGLT2)** (Jardiance, etc.), suspéndalos durante 3 días antes del procedimiento. Si tiene inquietudes al respecto, comuníquese con su proveedor de atención primaria.
- Si tiene un **marcapasos, un desfibrilador cardioversor implantable automático (AICD) o cualquier otro dispositivo médico implantado (excepto el dispositivo Inspire)** y no ha hablado con un profesional de enfermería de WAGI, comuníquese con la clínica.
- Si tiene **diabetes**, siga las instrucciones de control de la diabetes que se encuentran en la página 5.

Confirmación e instrucciones sobre el conductor:

Su conductor debe calcular que permanecerá en la clínica entre 1 y 2 horas. El conductor puede abandonar brevemente la clínica con la autorización del personal de recepción. Si el procedimiento comenzará después de las 3 p. m., el conductor debe permanecer en la sala de espera. Si necesita trasladarse en taxi, un servicio de viaje compartido o transporte médico, programe su procedimiento a más tardar a las 2 p. m.

Siete días antes del procedimiento

- **DEJE** de tomar suplementos con hierro y fibra.

Tres días antes del procedimiento

- **DEJE** de comer frutas y verduras crudas, verduras con semillas, palomitas de maíz, frutos secos y semillas.
- **Compre** lo siguiente (**si compró la preparación de Gifthealth, no necesita comprar estos productos**):
 - ☐ MiraLAX (polietilenglicol 3350): un frasco de 8.3 onzas.
 - ☐ Citrato de magnesio: un frasco de 10 onzas (si tiene enfermedad renal crónica o insuficiencia renal, **no** lo compre).
 - ☐ Dulcolax (bisacodilo): una caja de comprimidos de 5 mg. Necesitará 4 comprimidos para la preparación.
 - ☐ Gatorade o una bebida deportiva (sin azúcar si tiene diabetes) para mezclar con MiraLAX: de 54 a 64 onzas, según el tamaño de la botella (que no sea de color rojo ni morado).
 - ☐ Productos para la dieta líquida absoluta (consulte la página 2).
 - ☐ Opcional: vaselina o Desitin y toallitas húmedas para bebés (para la irritación de la piel). Pañales para adultos (si le preocupan las pérdidas).

Dos días antes del procedimiento

- Siga sin comer frutas o verduras crudas, verduras con semillas, palomitas de maíz, frutos secos ni semillas.

Consulte la página 2 para conocer las instrucciones que debe seguir el día antes del procedimiento.

EL DÍA ANTES DEL PROCEDIMIENTO

Siga exclusivamente una dieta líquida absoluta. **NO INGIERA ALIMENTOS SÓLIDOS.**

No consuma marihuana (productos con tetrahidrocannabinol) ni bebidas alcohólicas.

Para prevenir la deshidratación, beba más líquidos translúcidos antes de la preparación y mientras toma la solución.

DIETA LÍQUIDA ABSOLUTA

Evite lo siguiente:

- Leche, productos lácteos, crema
- Jugos con pulpa
- Productos de color ROJO o MORADO
- Bebidas alcohólicas

Puede consumir lo siguiente:

- Gaseosas, café negro, té, agua
- Jugos translúcidos (sin pulpa), bebidas deportivas
- Paletas heladas
- Caldo de pollo, verduras y carne de res bajo en sodio
- Gelatina (por ejemplo, Jell-O)



Aproximadamente a las 3 p. m.:

Tome 2 comprimidos de 5 mg de Dulcolax con un vaso de agua.

Aproximadamente a las 5 p. m.:

Vierta entre 54 y 64 onzas de Gatorade o la mezcla de bebida saborizada en una jarra. Vierta todo el frasco de MiraLAX.

- Es posible que estas instrucciones sean diferentes de las que aparecen en el paquete. Siga nuestras instrucciones.
- A algunos pacientes les resulta más fácil beber la preparación fría y con una pajilla.

Aproximadamente de 5 p. m. a 7 p. m.:

Beba un vaso de 8 onzas de la solución cada 10 a 15 minutos hasta que haya terminado la mitad de la mezcla (entre 27 y 32 onzas).

Aproximadamente de 9 p. m. a 10 p. m.:

Tome 2 comprimidos de 5 mg de Dulcolax con un vaso de agua.

Nota: Por lo general, la diarrea comienza una hora después de la primera dosis, pero puede tardar hasta seis horas. Si **no tiene evacuaciones después de seis horas de beber la solución**, prepare y beba el citrato de magnesio. Si tiene enfermedad renal crónica o insuficiencia renal, no tome citrato de magnesio. En cambio, siga bebiendo líquidos translúcidos. Si tiene irritación en la zona anal, use toallitas húmedas para bebés y aplique vaselina o Desitin después de cada evacuación.

Consulte la página 3 para ver las instrucciones que debe seguir el día del procedimiento.

EL DÍA DEL PROCEDIMIENTO

Siga exclusivamente una dieta líquida absoluta. **NO INGIERA ALIMENTOS SÓLIDOS.**

Para prevenir la deshidratación, beba más líquidos translúcidos además de la solución de preparación hasta 3 horas antes del procedimiento. No consuma marihuana (productos con tetrahidrocannabinol) ni bebidas alcohólicas.

Entre 5 y 6 horas antes del procedimiento:

- Comience a beber la segunda mitad de la solución de preparación. Beba la preparación al mismo ritmo que la noche anterior.
- Si bebió toda la preparación, pero sus heces no son claras, beba toda la solución de citrato de magnesio en este momento (si aún no lo hizo).
- Siga bebiendo líquidos translúcidos hasta **3 horas antes** del procedimiento.
- Tome sus medicamentos recetados regulares, a menos que se le haya aconsejado suspenderlos. Esto incluye los medicamentos para la presión arterial.

Tres horas antes del procedimiento: No consuma nada, ni siquiera chicles, pastillas, caramelos, mentas ni tabaco de mascar.

¿Cómo sabré si estoy listo para el procedimiento?

- Después de beber toda la preparación, sus evacuaciones deberían ser líquidas, de color amarillo y claras como en la imagen n.º 4 o n.º 5. Debería poder ver el fondo del inodoro a través de ellas.
- Si sus evacuaciones son sólidas o se parecen a las de las imágenes n.º 1, n.º 2 o n.º 3, significa que no está preparado y debe llamar a nuestro consultorio durante el horario habitual de atención para reprogramar el procedimiento.



Acuda con lo siguiente al procedimiento:

- Un conductor responsable que lo lleve a casa, ya que **no se le permitirá irse caminando, en autobús ni conduciendo**
- Tarjetas de seguro e identificación con foto
- Su Formulario de información del paciente (PIF) completo, en el que detalle sus medicamentos
- Inhalador, si usa uno
- Dentaduras postizas, audífonos y anteojos (si los usa) en sus estuches correspondientes, ya que es posible que deba quitárselos durante el procedimiento

Por su seguridad, un **conductor debe acompañarle** a su casa. No puede conducir, operar máquinas ni trabajar hasta el día siguiente. Su procedimiento se **reprogramará si llega sin un conductor, a menos que eso se haya acordado previamente**. Si necesita trasladarse en taxi, un servicio de viaje compartido o transporte médico, **debe** programar su procedimiento a más tardar a las 2 p. m.

Las armas están prohibidas. Deje los objetos de valor en casa; no nos hacemos responsables de la pérdida de artículos personales.

PREGUNTAS FRECUENTES

Si como alimentos con alto contenido de fibra 3 días antes del procedimiento, ¿deberé reprogramarlo? No es necesario que re programe el procedimiento, pero consumir semillas o frutos secos puede afectar la preparación y el procedimiento. Si consumió mucha cantidad de estos productos, comuníquese con nuestro consultorio.

¿Qué alimentos con alto contenido de fibra debo evitar? Evite frutas y verduras crudas, frutos secos, semillas, panes integrales, frijoles y lentejas.

¿Qué alimentos puedo comer con una dieta baja en fibra? Puede comer pan blanco, arroz blanco, pasta hecha de harina blanca, así como pollo, pescado, productos lácteos y huevos.

¿Hay alguna preparación alternativa que pueda tomar? Su médico le indicó la preparación. Si tiene inquietudes acerca de la preparación, llame a la clínica durante el horario de atención habitual para recibir asesoramiento.

Tengo diabetes y mi nivel de azúcar en sangre bajará demasiado si no como alimentos sólidos. ¿Qué debo hacer? Beba líquidos con azúcar el día antes del procedimiento para mantener su nivel de azúcar en sangre.

¿Puedo tomar café con una dieta líquida absoluta? Sí, puede beber café negro sin productos lácteos ni sustitutos lácteos.

¿Puedo beber alcohol con una dieta líquida? No, no se permite el consumo de bebidas alcohólicas con una dieta líquida.

¿Puedo continuar con la dieta líquida después de empezar a tomar los laxantes? Sí, continúe con la dieta líquida hasta tres horas antes del procedimiento.

La preparación me provoca náuseas o vómitos. ¿Qué debo hacer? Beba más despacio, enfríe la bebida y use una pajilla. Deténgase y llame a la clínica durante el horario de atención si los vómitos continúan o no puede terminar la preparación.

No tengo evacuaciones. ¿Qué debo hacer? Por lo general, la diarrea comienza una hora después de la primera dosis, pero puede tardar hasta seis horas. Si **no tiene evacuaciones después de seis horas de beber la solución**, prepare y beba el citrato de magnesio (si no tiene enfermedad o insuficiencia renal). Si tiene enfermedad renal, beba líquidos translúcidos.

Bebí toda mi preparación y todavía mis heces no son claras. ¿Qué debo hacer?

- Si faltan más de 3 horas para la hora programada del procedimiento, prepare y beba el citrato de magnesio (si no tiene enfermedad o insuficiencia renal). Si ya bebió el citrato de magnesio y sus heces no son claras, llame a la clínica.
- Si faltan menos de 3 horas para el procedimiento y sus heces no son claras, no beba nada y llame a la clínica para reprogramarlo.

¿Debo beber toda la solución para limpiar el colon? Sí, debe seguir estrictamente todas las instrucciones de la preparación y beber la solución hasta terminarla. La cantidad de preparación necesaria para una limpieza correcta no está determinada por la altura ni por el peso. Una limpieza completa garantiza que el médico pueda realizar un examen minucioso. Si la limpieza es incompleta, el procedimiento deberá reprogramarse.

¿Por qué debo levantarme tan temprano para la segunda dosis? Con la primera dosis, se elimina la mayor parte de las heces. Con la segunda, se eliminan los restos de heces que hayan quedado. Los pólipos pueden ser pequeños y planos, por lo que es difícil verlos si quedan heces en el colon.

¿Cómo son las heces claras? Las heces claras son completamente transparentes, posiblemente con un ligero tono amarillo o marrón, y no contienen materia sólida. Debería poder ver el fondo del inodoro.

¿Por qué no puedo comer ni beber nada 3 horas antes de la colonoscopia? Lo que más nos importa es su salud y seguridad. Se le administrarán sedantes para ayudarlo a relajarse durante la colonoscopia. Estos medicamentos afectan la capacidad del cuerpo para retener alimentos y líquidos en el estómago. Si tiene algo en el estómago, existe el riesgo de que la comida o el líquido suban por las vías respiratorias hasta los pulmones y provoquen una obstrucción o una infección allí. El procedimiento se reprogramará si no sigue estas instrucciones.

¿Puedo usar perfume o colonia durante el procedimiento? No, somos un centro donde no se utilizan fragancias.

¿Puedo beber alcohol o tomar sedantes después del procedimiento? No, debe evitar las bebidas alcohólicas, los sedantes y la marihuana (productos con tetrahidrocannabinol) durante 12 horas después del procedimiento.

INSTRUCCIONES DE CONTROL DE LA DIABETES PARA PROCEDIMIENTOS ENDOSCÓPICOS

Estas son pautas generales. Llame al proveedor que le atiende por la diabetes si usa una bomba de insulina o si tiene preguntas o inquietudes específicas.

- Los pacientes con diabetes deben programar el procedimiento durante las primeras horas del día para poder comer después y tomar sus medicamentos lo más cerca posible de la hora habitual.
- Para las personas con diabetes, cualquier procedimiento por el que deban saltarse una comida requiere una planificación especial para controlar con seguridad su nivel de azúcar en sangre. Es importante reducir la dosis de los medicamentos para la diabetes y controlar el nivel de azúcar en sangre mientras se prepara para el procedimiento. Debe medir su nivel de glucosa antes de todas las comidas y a la hora de acostarse, tanto el día en que beba la preparación (si le harán una colonoscopia) como el día del procedimiento. Además, mida la glucosa cada vez que tenga síntomas que sugieran un posible nivel bajo o alto.

Para pacientes que se administran insulina: Recomendamos administrarse la mitad de la dosis habitual el día antes del procedimiento. Mida su nivel de azúcar en sangre en los horarios habituales durante el día. Si ese valor normalmente le llevaría a administrarse una dosis adicional de insulina regular, le recomendamos que se administre la mitad de la cantidad que recibiría. No se administre insulina durante la mañana del procedimiento. Después del procedimiento, podrá retomar su alimentación regular y reanudar la administración de insulina según los horarios habituales en ese momento.

Para pacientes que toman medicamentos orales para la diabetes: Recomendamos tomar la mitad de la dosis habitual el día antes del procedimiento. No tome ningún medicamento para la diabetes el día del procedimiento hasta que este haya finalizado.

Para pacientes que toman un medicamento GLP-1 (Ozempic, etc.): Suspenda las dosis semanales al menos 7 días antes del procedimiento o las dosis diarias el día anterior, a menos que en el consultorio le indiquen lo contrario. Si tiene inquietudes al respecto, comuníquese con su proveedor de atención primaria.

Para pacientes que toman un medicamento SGLT2 (Jardiance o empagliflozina, Farxiga o dapagliflozina, o Invokana o canagliflozina): Suspéndalo durante 3 días antes del procedimiento, a menos que en el consultorio le indiquen lo contrario. Si tiene inquietudes al respecto, comuníquese con su proveedor de atención primaria.

Opciones para la dieta líquida absoluta:

- Trate de consumir 45 g de carbohidratos en las comidas y entre 15 y 30 g de carbohidratos en los bocadillos.
- Recuerde evitar los alimentos de color rojo y morado.
- Cantidad de carbohidratos de varias opciones para la dieta líquida absoluta:
 - Jugo de manzana (4 onzas): 15 g
 - Jugo de uva blanca (4 onzas): 15 g
 - Bebida deportiva, como Gatorade (8 onzas): 14 g
 - Gelatina (1/2 taza de gelatina regular con azúcar): 15 g
 - Paleta helada: 15 g Azúcar (1 cucharadita para endulzar café o té): 4 g
- Los alimentos para la dieta líquida absoluta que no contienen carbohidratos incluyen: caldo y otras sopas translúcidas, gaseosas dietéticas, café (sin leche ni sustitutos de la leche), té, agua mineral con gas y agua saborizada.