UVAHealth Patient and Family Education

Preparándose para su Colonoscopia con UVA Digestive Health

Preparing for your colonoscopy with UVA Digestive Health

Le agradecemos habernos elegido para proporcionar su atención médica. Por favor siga estas directrices de instrucciones de preparación para ayudarle a tener una experiencia exitosa.

- ☐ Si toma medicamentos para la diabetes o está tomando medicamentos que diluyen la sangre (como Coumadin, Warfarin, Ticlid, Plavix, Lovenox, Pletal, Pradaxa, Xarelto, Persantine, Eliquis y Aggrenox), llame al médico que le prescribe la medicación al menos dos semanas antes de la fecha de la intervención para recibir más instrucciones sobre posibles cambios de medicación para su próxima colonoscopia.
    - Si toma una aspirina diaria, continúe tomándola.

- ☐ Usted DEBE tener un conductor el día de su procedimiento: Recibirá medicamentos para la anestesia el día de su procedimiento, debe tener un adulto responsable de 18 años o más que pueda llevarle a casa. Por su seguridad, UVA Health recomienda que esta persona permanezca con usted durante varias horas después de su procedimiento. No podrá conducir durante las 24 horas siguientes a su procedimiento.

- ☐ Visitantes: Encontrará la información más actualizada sobre los visitantes en el sitio web de UVAHealth https://uvahealth.com/patients-visitors/visiting-patient, o llámenos al 434-924-9999 para preguntar si se permiten visitas en el momento de su procedimiento.

- ☐ Información sobre medicación y alergias: Por favor, traiga una lista completa de sus medicamentos actuales, sus dosis y cualquier alergia que pueda tener.

- ☐ Marcapasos o desfibrilador interno: Por favor, traiga la tarjeta de información de su dispositivo.

- ☐ Máquina CPAP: Si tiene apnea del sueño y utiliza una máquina CPAP en casa, tráigala consigo aunque la utilice en contadas ocasiones. Asegúrese de que se incluyen todos los componentes, incluido el cable de alimentación.

- ☐ Objetos personales: Por favor, deje todas las joyas y otros objetos de valor en casa. Por favor, no use lentes de contacto el día de su procedimiento. Si lleva gafas, audífonos o prótesis dentales, traiga un estuche para guardar estos objetos durante la intervención.

- ☐ Tenga en cuenta que la UVA realiza colonoscopias en dos sitios. Por favor, confirme su ubicación refiriéndose a su carta de recordatorio de la cita.

Nos esforzamos por ofrecer la atención más segura a todos nuestros pacientes. Como resultado, algunos procedimientos pueden tomar más tiempo para algunos pacientes que otros. Por favor, llegue 45 minutos antes de su cita. Le pedimos su paciencia y que planee estar con nosotros por lo menos 2 a 3 horas.

Si tiene que cancelar o reprogramar su cita, llame al equipo de programación de Endoscopia de la UVA lo antes posible al (434) 924-9999.

Antes de su Colonoscopia, Instrucciones para el paciente para CLENPIQ

Por lo menos dos semanas antes de su colonoscopia:

- ☐ Llame a su farmacia dos semanas antes de la intervención. Dígales que está preparado para que le surtan la receta del kit de preparación intestinal para la colonoscopia.
- ☐ Si está tomando medicamentos (aparte de la aspirina) que diluyen la sangre o si toma medicamentos para la diabetes, deberá informar a su médico que le receta estos medicamentos de que está planeando hacerse una colonoscopia y pedirle instrucciones sobre esta medicación.
- ☐ Tenga en cuenta que la UVA lleva a cabo colonoscopias en dos sitios. Por favor, confirme su ubicación consultando la carta de recordatorio de su cita

Cinco días antes de su colonoscopia:

- ☐ Inicie una dieta baja en fibra (página 4).
- ☐ Deje de tomar hierro, incluyendo medicamentos o vitaminas que lo contengan.
- ☐ Haga arreglos para que alguien mayor de 18 años lo lleve y lo regrese a casa después de su procedimiento.
- ☐ Tenga a mano muchos líquidos claros en casa (página 3).
- ☐ Si habitualmente tiene menos de 2 deposiciones por semana, también deberá comprar una botella de Miralax de 8.3oz. Empiece a tomar una dosis de Miralax dos veces al día 5 días antes de su procedimiento. Tome la última dosis de Miralax por la mañana el día antes de su procedimiento.

Un día antes de su colonoscopia:

- ☐ Beba sólo líquidos claros durante todo el día (página 3). No coma alimentos sólidos ni productos lácteos. Beba 8 onzas (oz.) de líquido claro cada hora mientras esté despierto. 8 onzas equivale a una taza medidora.
- ☐ **A las 5:00 p. m.** tome la primera dosis (botella de 5.4 oz.) de CLENPIQ. Beba todo el contenido; pude serle de ayuda un popote.
- ☐ Beba cuando menos cinco (5) vasos de 8 oz. de líquidos claros, a su propio ritmo, antes de ir a la cama. Esto ayudará a que el medicamento limpie sus intestinos. Entre más líquidos claros ingiera, mejor trabajará el medicamento.
- ☐ Permanezca cerca del baño. La limpieza de su colon provoca diarrea.

El día de su colonoscopia:

- ☐ Está bien tomar medicamentos hasta 2 horas antes de su procedimiento al menos que su proveedor le indique lo contrario.
- ☐ **5 horas antes de salir de casa,** tome la segunda dosis (botella de 5.4 oz.) de CLENPIQ. Beba todo el contenido; puede serle de ayuda un popote.
  - Es posible que pueda necesitar empezar en la mitad de la noche para un procedimiento temprano por la mañana. El momento adecuado es esencial.
  - Después de acabarse el CLENPIQ, necesitará beber tres vasos de (3) 8 oz. líquidos claros en la hora siguiente.
- ☐ **2 horas antes de la hora programada para su procedimiento** deje de tomar cualquier líquido.
- ☐ Termine con todos los pasos de la página 1 y traiga consigo los artículos solicitados a su procedimiento.
- ☐ **Llegue 45 minutos antes de la hora programada de su cita** acompañado de un adulto responsable quien podrá llevarle de regreso a casa.

Preguntas Frecuentes:

- **¿Por qué es importante limpiarse por dentro?** Su médico debe poder ver para completar el examen de colonoscopia. Si su colon tiene demasiadas heces en el interior, es posible que su médico no pueda ver cosas importantes como pólipos o cáncer.

- **¿Está funcionando mi preparación? La evacuación intestinal que sale debe parecerse a los líquidos que usted toma: amarilla, ligera, líquida y transparente (como la orina) sin muchas partículas.**

- **¿Cuáles son los efectos de la "preparación intestinal"?** Tendrá mucha diarrea por la preparación intestinal. Esto empezará desde unos minutos hasta 3 horas después de empezar la preparación. Muchas personas tienen hinchazón, malestar abdominal y/o náuseas. Esto es incómodo y casi siempre es seguro. A algunas personas no les gusta el sabor o el olor del medicamento. Por favor, no deje que esto le impida terminar el medicamento de acuerdo a las indicaciones.

  En raras ocasiones, algunas personas vomitan mientras toman el preparado. Si vomita, deje de tomar la preparación durante 30-60 minutos y vuelva a intentar tomarla. Si no puede terminar la preparación intestinal, es posible que su colon no esté lo suficientemente limpio para el examen.

- **Mi preparación aún no ha empezado a funcionar. ¿Qué debo hacer?** Cada persona responde de forma diferente a la preparación intestinal. Si ha esperado más de 3 horas sin respuesta, es posible que no esté funcionando bien. Asegúrese de beber suficiente líquido. Si eso no funciona, beba la segunda parte de la preparación y siga bebiendo líquidos. Al final debería funcionar. Llame a la Unidad de Endoscopia de la UVA al (434) 924-9999 la mañana de su procedimiento si el medicamento sigue sin funcionar

DIETA DE LÍQUIDOS CLAROS

Cambie a esta dieta UN DÍA antes de su colonoscopia. Reanudará su dieta habitual después de su procedimiento.

Beber	NO Beber
• Agua (natural, con gas o aromatizada) • Jugos de fruta sin pulpa, como el de manzana o el de uva blanca (no rojo ni morado) • Bebidas con sabor a fruta, como el ponche de frutas o la limonada • Bebidas carbonatadas, incluidos los refrescos oscuros (cola y cerveza de raíz) • Té o café sin leche o crema • Bebidas deportivas (no rojas ni moradas) • Caldo claro y sin grasa (caldo o consomé) • Miel o azúcar • Helados sin leche, trozos de fruta, semillas o frutos secos (no rojos ni morados))	• Todo lo que sea rojo o morado. Estos líquidos pueden parecer sangre en el colon. • Leche • Cremas artificiales • Batidos de frutas o verduras • Gelatina (Jell-O) • Alcohol

DIETA BAJA EN RESIDUOS / BAJA EN FIBRA

Empiece esta dieta CINCO DÍAS antes de su colonoscopia.
Reanudará su dieta regular después del procedimiento.

ALIMENTOS QUE COMER:	ALIMENTOS QUE EVITAR:
PANES/GRANOS Panes refinados, tostadas, panecillos, galletas, mufins, galletas saladas, panqueques y wafles. Panes o panecillos blancos o de centeno enriquecidos. Galletas saladas, tostadas Melba Cereales refinados listos para consumir, como el arroz y el trigo inflado Cereales cocidos refinados de trigo, maíz o arroz Harina de avena, sémola y farina coladas Cereales fríos refinados de arroz, maíz o avena (Rice Krispies, Cornflakes, Cheerios) Arroz blanco, pasta refinada, macarrones, fideos	PANES/GRANOS Cualquier producto de pan elaborado con harina integral o harina Graham, salvado, semillas, frutos secos, coco o fruta cruda o seca, pan de maíz y galletas Graham Cualquier cereal integral, de salvado o granola, avena y cereales con semillas, frutos secos, coco o fruta seca Salvado, cebada, arroz integral y silvestre
VEGETALES: La mayoría de las verduras tiernas cocidas y en conserva sin semillas, como las zanahorias, las puntas de espárragos, la remolacha o betabel, las judías o ejotes verdes o encerados, la calabaza, las espinacas, la calabaza (de bellota) sin semillas, la papa (sin piel), las habas coladas en puré o cocidas y los guisantes (sin piel)	VEGETALES: Vegetales crudos y con semillas, chucrút, calabaza de invierno y chícharos o guisantes.
FRUTAS: La mayoría de las frutas enlatadas o cocidas, el cóctel de frutas, el aguacate, la compota de manzana enlatada, los albaricoques, los melocotones, las peras (todas sin piel ni semillas), las ciruelas en puré y los plátanos maduros Jugo de fruta colada	FRUTAS: Fruta seca o cruda, todas las bayas, jugo de ciruela
LECHE/LÁCTEOS: Leche, queso suave, queso coraje, Yogur (sin bayas) Helado (sin fruta ni frutos secos) *limite la leche y productos lácteos a 2 vasos por día	LECHE/LÁCTEOS: Yogur que contiene piel de frutas o semillas
CARNE Carne de res, cordero, jamón, ternera, cerdo, pescado, marisco, aves (sin piel) y vísceras molidas o bien cocidas, huevos Mantequilla de cacahuate suave	CARNE Carnes fibrosas con cartílago, mariscos con tejido conectivo duro Carnes preparadas con ingredientes integrales, semillas o frutos secos Alubias o frijoles, legumbres, guisantes o chícharos y lentejas secas Mantequilla de cacahuate en trozos Almejas y ostras crudas
GRASA/BOCADILLOS Margarina, mantequilla, aceites vegetales, mayonesa, sustitutos de la nata, Tocino crujiente Salsas y aderezos para ensaladas Chocolate Caldo, sopas de crema coladas (sin maíz) hechas con ingredientes permitidos	GRASA/BOCADILLOS: Cualquiera hecho con harina integral, salvado, frutos secos, semillas, coco o fruta seca Frutos secos y palomitas Pasas, semillas, especias de semillas, encurtidos, aceitunas, mostazas picantes y pepinillos Aderezos para ensaladas muy especiados Mermelada con frutos secos y semillas
MISC: Sal, salsa de soja, ketchup Especias suaves con moderación, salsa blanca Azúcar, miel, jalea, jarabe Jugo de limón, vinagre, vainilla y otros extractos aromatizantes Café, té, bebidas carbonatadas y bebidas de frutas (sin pulpa)	MISC: Bebidas y gelatinas de color rojo o púrpura hasta 24 horas antes del procedimiento.