

## Preparándose para su Colonoscopia en UVA Digestive Health

Le agradecemos el habernos elegido para proporcionarle su atención médica. Por favor, siga estas directrices e instrucciones de preparación para ayudar a que su experiencia sea exitosa.

- IMPORTANTE:** Si toma medicamentos para la diabetes o medicamentos que diluyen la sangre (como Coumadin, Warfarin, Ticlid, Plavix, Lovenox, Pletal, Pradaxa, Xarelto, Persantine, Eliquis y Aggrenox), por favor llame al médico que le receta el medicamento por lo menos dos semanas antes de la fecha de su procedimiento para recibir instrucciones sobre posibles cambios de medicación para su próxima colonoscopia.
  - Si toma una aspirina diariamente, continúe haciéndolo.
- 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 24 horas después de su procedimiento.
- Visitantes: Por favor encuentren la información más actualizada sobre visitantes en la página web de UVA Health: <https://uvahealth.com/patients-visitors/visiting-patient>, o llámenos al 434-924-9999 para que le informemos si se permiten visitas a la hora 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 poco. 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 anteojos, audífonos o prótesis dentales, traiga un estuche para guardarlos durante su procedimiento.
- Favor de tomar en cuenta que UVA realiza colonoscopias en dos sitios. Por favor confirme su ubicación consultando la carta de recordatorio de su 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 al menos 2 a 3 horas.

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

# Antes de su Colonoscopia, Instrucciones para el Paciente para Golytely, Nulytely, Gavilyte, Colyte, Trilyte

Cuando menos dos semanas antes de su colonoscopia:

- Llame a su farmacia dos semanas antes de su procedimiento. 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 prescribe estos medicamentos de que está planeando hacerse una colonoscopia y pedirle instrucciones sobre esta medicación.
- Tenga en cuenta que la UVA realiza 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).
- Dejar de tomar hierro, incluyendo medicamentos o vitaminas que lo contengan.
- Haga arreglos para que una persona de 18 años o mayor le lleve a su procedimiento y de regreso a casa.
- Tenga muchos líquidos claros disponibles en casa (página 3) home

Un día antes de su colonoscopia:

- Beba solamente líquidos claros todo el día (página 3). No coma alimentos sólidos o productos lácteos Beba 8 onzas (oz) de líquido claro cada hora mientras esté despierto. 8 oz equivale a una taza de medir.
- A las 8:00 a. m.**, añada agua hasta la línea de llenado de la jarra de preparación del intestino Mezclar bien y colocar en el refrigerador.
- A las 5:00 p. m.**, empiece a beber su preparación intestinal.
  - Deberá beber 8 onzas de solución de preparación cada 10-15 minutos hasta que se termine la MITAD de la solución.
- Continúe bebiendo otros líquidos claros. Esto ayudará al medicamento a limpiar sus intestinos. Entre más líquidos claros beba, mejor funcionará el medicamento.
- Permanezca cerca del baño, Limpiar su colon provoca diarrea.

El día de su colonoscopia:

- Puede tomar medicamentos hasta 2 horas antes de su procedimiento al menos que su médico indique lo contrario.
- 5 horas antes de salir de su casa empiece** a beber la otra mitad de su jarra de la preparación intestinal.
  - Es posible que tenga que empezar a mitad de la noche para un procedimiento temprano en la mañana. El tiempo es un factor esencial.
  - Necesitará beber 8 oz. de la solución de la preparación cada 10-15 minutos hasta terminar la SEGUNDA MITAD de la solución.
- 2 horas antes de la hora programada para el procedimiento**, deje de beber cualquier líquido.
- Complete todos los pasos de la página 1 y traiga los artículos solicitados a su procedimiento.
- Llegue 45 minutos antes de la hora de la cita** con un adulto responsable que pueda acompañarle 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 trabajando mi preparación?** La evacuación del intestino debe tener el mismo aspecto que los líquidos que se toman: Amarillo, ligero, líquido 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 según 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 su preparación y siga bebiendo líquidos. Debería funcionar eventualmente. Llame a la Unidad de Endoscopia de UVA al (434) 924-9999 en la mañana de su procedimiento si el medicamento todavía no está funcionando.

## DIETA LÍQUIDA CLARA

Cambie a esta dieta UN DÍA antes de su colonoscopia. Podrá regresar a su dieta normal después del procedimiento.

| Beber   | NO beber  |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Agua (natural, con gas o saborizada)</li><li>• Jugos de fruta sin pulpa, como el de manzana o el de uva blanca (no rojo o morado)</li><li>• Bebidas con sabor a fruta, como el ponche de frutas o la limonada</li><li>• Bebidas carbonatadas, incluidos los refrescos oscuros (cola y cerveza de raíz)</li><li>• Té o café sin leche o crema</li><li>• Bebidas deportivas (no rojas o moradas)</li><li>• Caldo claro, libre de grasa (caldo o consomé)</li><li>• Miel o azúcar</li><li>• Paletas de hielo sin NADA de leche. Pedazos de fruta, semillas o nueces (no rojas o moradas)</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Todo lo que sea rojo o morado. Estos líquidos pueden parecer sangre en el colon.</li><li>• Leche</li><li>• Cremas artificiales</li><li>• Batidos de fruta o vegetales</li><li>• Gelatina (Jell-O)</li><li>• Alcohol</li></ul> |

# DIETA BAJA EN RESIDUOS / BAJA EN FIBRA

Empiece esta dieta CINCO DÍAS antes de su colonoscopia. Podrá reanudar su dieta regular después de su procedimiento.

| ALIMENTOS QUE COMER  | ALIMENTOS QUE EVITAR:  |
|--|--|
| <p><b>PANES/GRANOS</b><br/>Panes refinados, tostadas, panecillos, galletas, muffins, galletas saladas, panqueques y waffles.<br/>Panes o panecillos blancos o de centeno enriquecidos.<br/>Galletas saladas, tostadas Melba<br/>Cereales refinados listos para consumir, como el arroz y el trigo inflado Cereales cocidos de trigo, maíz o arroz refinados<br/>Harina de avena, sémola y harina coladas<br/>Cereales fríos refinados de arroz, maíz o avena (Rice Krispies, Cornflakes, Cheerios)<br/>Arroz blanco, pasta refinada, macarrones, fideos</p> <p><b>VEGETALES:</b><br/>La mayoría de los vegetales tiernos cocidos y en conserva sin semillas, como las zanahorias, las puntas de espárragos, los betabeles o la remolacha, los ejotes o judías verdes encerrados, la calabaza, las espinacas, la calabaza (de bellota) sin semillas, la papa (sin piel), las habas coladas en puré o cocidas y los guisantes o, chícharos (sin piel)</p> <p><b>FRUTAS:</b><br/>La mayoría de las frutas enlatadas o cocidas, el cóctel de frutas, el aguacate, la compota de manzana enlatada, los albaricoques o chabacanos, los melocotones o melones, las peras (todas sin piel ni semillas), las ciruelas en puré y los plátanos maduros<br/>Jugo de fruta colado</p> <p><b>LECHE/LÁCTEOS:</b><br/>Leche, queso suave, queso contaje, Yogur (sin bayas) Helado (sin fruta ni frutos secos)</p> <p>*limitar la leche/los productos lácteos a 2 tazas al día</p> <p><b>CARNE:</b><br/>Molida o bien cocinada, res tierna, cordero, jamón, ternera, puerco, pescado, mariscos, aves de corral (sin piel), y vísceras, huevos, mantequilla de cacahuate suave.</p> <p><b>GRASA/BOCADILLOS:</b><br/>Margarina, mantequilla, aceites vegetales, mayonesa, sustitutos de crema, Tocino crujiente<br/>Salsas y aderezos para ensaladas Chocolate<br/>Caldo, sopas de crema coladas (sin maíz) hechas con ingredientes permitidos</p> <p><b>MISC:</b><br/>Sal, salsa de soja, cátsup<br/>Especias suaves con moderación,<br/>salsa blanca Azúcar, miel, gelatina, jarabe<br/>Jugo de limón, vinagre, vainilla y otros extractos aromatizantes Café, té, bebidas gaseosas y de frutas (sin pulpa)</p> | <p><b>PANES/GRANOS</b><br/>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</p> <p><b>VEGETALES:</b><br/>Vegetales crudos y con semillas, chucrut, calabaza de invierno y chícharos o guisantes.</p> <p><b>FRUTAS:</b><br/>Fruta cruda o seca, todas las bayas, jugo de ciruela</p> <p><b>LECHE/LÁCTEOS:</b><br/>Yogur con piel de frutas o semillas</p> <p><b>CARNE:</b><br/>Carnes fibrosas con cartílago, mariscos con tejido conectivo duro<br/>Carnes preparadas con ingredientes integrales, semillas o frutos secos<br/>Alubias, legumbres, guisantes y lentejas secas<br/>Mantequilla de cacahuate en trozos<br/>Almejas y ostras crudas</p> <p><b>GRASA/BOCADILLOS:</b><br/>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 encurtidos<br/>Aderezos para ensaladas muy especiados<br/>Mermelada con frutos secos y semillas</p> <p><b>MISC:</b><br/>Bebidas y gelatinas de color rojo o morado hasta 24 horas antes del procedimiento</p> |