

Patient and Family Education

## Preparándose para su Colonoscopia en UVA Digestive Health

Le agradecemos el habernos elegido para que le proporcionemos 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), 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 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 24 horas después de su procedimiento.
- □ Visitantes: Por favor encuentren la información más actualizada sobre los visitantes en la página web de UVA HEALTH: <a href="https://uvahealth.com/patients-visitors/visiting-patient">https://uvahealth.com/patients-visitors/visiting-patient</a>, o llámenos al 434-924-9999 para preguntar si se permiten visitas en el momento de su procedimiento.
- □ Información sobre medicamentos 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, incluyendo 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 usa lentes, audífonos o prótesis dentales, traiga un estuche para guardar estos objetos durante su procedimiento.
- ☐ Tenga en cuenta que 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 posible 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 UVA lo antes posible al: (434) 924-9999.

# Antes de su Colonoscopia, Instrucciones de Preparación Intestinal con Suprep

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 receta estos medicamentos de que está planeando hacerse una colonoscopia y pedirle instrucciones sobre esta medicación.
☐ Por favor tenga en cuenta que UVA realiza colonoscopias en dos lugares. Por favor confirme su ubicación consultando la carta de recordatorio de la cita.
Cinco días antes de su colonoscopia:  Inicie una dieta baja en fibra (página 4).  Deje de tomar hierro, incluidos los 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 su casa.  Tenga suficientes líquidos claros disponibles en su casa (página 3).
Un día antes de su colonoscopia:
☐ Beba solo 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 equivalen a una taza de medir.
<ul> <li>□ Usted va a tener dos botellas de la preparación; guarde una para el día de la colonoscopia.</li> <li>□ A las 5:00 p. m., empiece a beber su preparación intestinal.</li> <li>• Vierta la primera botella de 6 onzas de líquido en el recipiente de mezcla.</li> <li>• Añada agua fría hasta la línea de 16 onzas del recipiente y mezcle.</li> <li>• Beba toda la mezcla de Suprep en el recipiente.</li> <li>• Debe beber 2 recipientes más de 16 onzas de agua durante la siguiente hora.</li> <li>□ Permanezca cerca del baño. Limpiar su colon causa diarrea.</li> </ul>
El día de su colonoscopia:
☐ Puede tomar medicamentos hasta 2 horas antes de su procedimiento a menos que su médico indique lo contrario.
<ul> <li>5 horas antes de salir de casa, comience a tomar la otra botella de preparación intestinal. Es posible que tenga que empezar en medio de la noche para un procedimiento temprano en la mañana. El tiempo es un factor esencial.</li> <li>Vierta la segunda botella de líquido de 6 onzas en el recipiente de mezcla</li> </ul>
<ul> <li>Añada agua fría hasta la línea de 16 onzas del envase y mezcle.</li> </ul>
Beba toda la mezcla de Suprep en el recipiente.
<ul> <li>Debe beber 2 recipientes más de 16 oz. de agua durante la siguiente hora.</li> <li>         2 horas ante s de su procedimiento: Deje de tomar todos los líquidos.     </li> </ul>
$\square$ Complete todos los pasos de la página 1 y traiga los artículos solicitados a su procedimiento. $\square$ Llegue 45 minutos antes de la hora de su cita acompañada de un adulto que
pueda regresarle a su 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 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 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 LÍQUIDA CLARA

Cambie esta dieta UN DÍA antes de su colonoscopia. Podrá reanudar su dieta regular después del procedimiento.

### NO beber Beber Todo lo que sea rojo o morado. Agua (natural, con gas o saborizada) Estos líquidos pueden parecer Jugos de fruta sin pulpa, como el de manzana o el de uva sangre en el colon. blanca (no rojo ni morado) Leche Bebidas con sabor a fruta, como el ponche de frutas o la Cremas artificiales limonada Batidos de frutas o vegetales Bebidas carbonatadas, incluidos los refrescos oscuros (cola y cerveza de raíz) Gelatina (Jell-O) Té o café sin leche o crema Alcohol 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).

## 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 CONSUMIR

#### PANES/GRANOS

Panes refinados, tostadas, panecillos, galletas, muffins, 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 trigo inflado Cereales cocidos de trigo, maíz o arroz refinados

Harina de avena, sémola y farina coladas Cereales fríos refinados de arroz, maíz o avena (Rice

Arroz blanco, pasta refinada, macarrones, fideos

Krispies, Cornflakes, Cheerios)

#### **VEGETALES:**

La mayoría de las verduras tiernas cocidas y en conserva sin semillas, como las zanahorias, las puntas de espárragos, la remolacha o el 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 o chícharos (sin piel)

#### FRUTAS:

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

Jugo de fruta colado

#### LECHE/LÁCTEOS:

Leche, queso suave, queso contaje Yogur (sin bayas) Helado (sin fruta ni frutos secos)

\*limitar la leche/los productos lácteos a 2 tazas al día

#### CARNE

Carne de res, cordero, jamón, ternera, cerdo, pescado, marisco aves (sin piel) y vísceras molidas o bien cocidas, huevos Mantequilla de cacahuate suave

## GRASA/BOCADILLOS:

Margarina, mantequilla, aceites vegetales, mayonesa, sustitutos de la crema, Tocino crujiente

Salsas y aderezos para ensaladas Chocolate

Caldo, sopas de crema coladas (sin maíz) hechas con ingredientes permitidos

MISC:

Sal, salsa de soja, cátsup Especias suaves con moderación, salsa blanca Azúcar, miel, gelatina, jarabe Jugo de limón, vinagre, vainilla y otros extractos aromatizantes Café, té, bebidas gaseosas y de frutas (sin pulpa)

### ALIMENTOS QUE EVITAR:

### 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:

Vegetales crudos y con semillas, chucrut, calabaza de invierno y chícharos.

#### FRUTAS:

Fruta cruda o seca, todas las bayas y jugo de ciruela.

#### LECHE/LÁCTEOS

Yogur que contenga pieles de frutas o semillas

#### CARNE:

Carnes fibrosas con cartílago, mariscos con tejido conectivo duro

Carnes preparadas con ingredientes integrales, semillas o frutos secos

Alubias o frijoles, legumbres, guisantes y lentejas secas Mantequilla de cacahuate en trozos Almejas y ostras crudas

#### GRASA/BOCADILLOS:

Cualquiera hecho con harina integral, salvado, frutos secos, semillas, coco o fruta seca Frutos secos y palomitas Pasas, semillas, especias de semillas, pepinillos, aceitunas, mostazas picantes y encurtidos

Aderezos para ensaladas muy especiados Mermelada con frutos secos y semillas

#### MISC

Bebidas y gelatinas de color rojo o púrpura hasta 24 horas antes del procedimiento.