



# INSTRUCCIONES PARA LA COLONOSCOPIA MIRALAX EXTENDIDA

Lea y siga atentamente estas instrucciones.

509-663-8711  
 or 1-800-726-8808 Fecha del procedimiento: \_\_\_\_\_ Hora de ingreso: \_\_\_\_\_ Dr. \_\_\_\_\_

- Confluence Health |  
 Wenatchee Valley Hospital & Clinics  
 820 N. Chelan Ave., 509-663-8711  
 Al lado del hospital, 4.º piso  
 Use los ascensores cerca del Bistro
- Moses Lake Clinic, 840 Hill Ave., 509-764-6400
- Omak Clinic, 916 Koala Dr., 509-826-1800

| MEDICAMENTOS  | 4 DÍAS ANTES   | 3 DÍAS ANTES  | 2 DÍAS ANTES  | 1 DÍA ANTES  | DÍA DEL PROCEDIMIENTO   |
|---|--|---|---|--|---|
| <p><b>Para recibir instrucciones, comuníquese con la Clínica de Anticoagulación o el médico que maneja su medicamento anticoagulante.</b></p> <p><b>NOTA:</b> <u>Antes de dejar de tomar Coumadin/Warfarina, comuníquese con el médico que los recetó.</u></p> <p><b>5 días antes de su procedimiento:</b></p> <p>Deje de tomar todos los suplementos de hierro (sulfato ferroso), puede seguir tomando los multivitamínicos. También suspenda todos los aceites de pescado y demás medicamentos a base de hierbas.</p>                             | <p><b>Obtenga preparaciones de venta libre:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Miralax (dos botellas de 238 g)</li> <li>• Dos tabletas de 5 mg de Dulcolax (bisacodilo).</li> <li>• 96 oz. de Gatorade, excepto roja o púrpura!</li> </ul> <p><b>7:00 a.m.:</b><br/>         Comience una dieta baja en fibra (consulte la hoja de dieta baja en fibra que se adjunta). No coma nueces, semillas o palomitas de maíz desde ahora hasta después de su procedimiento.</p> <p><b>Cancelaciones:</b><br/>         Cancele su cita si no podrá acudir a ella.</p> | <p><b>Comidas y meriendas:</b><br/>         Continúe con la dieta baja en fibra</p> <p><b>Traslado a su hogar:</b><br/>         DEBE ir a su cita acompañado de un adulto responsable</p> <p>Si no llega con un adulto responsable, se cancelará su cita.</p> <p><b>Hidratación:</b><br/>         Beba al menos 4-6 vasos (8 onzas) de agua o líquidos claros a lo largo del día.</p> | <p><b>Desayune antes de las 11:00 am y luego</b> comience una dieta de líquidos claros. (Consulte la hoja de dieta de líquidos transparentes adjunta)</p> <p><b>Diabéticos:</b><br/>         Comuníquese con nuestra oficina para discutir los medicamentos.</p> <p><b>Antes de las 10:00 a.m.:</b><br/>         Mezcle 119 g de Miralax en 32 oz. de Gatorade y refrigérelo</p> <p>A lo largo del día, beba 4-6 vasos (8 onzas) de agua o líquidos claros. Cuanto más beba, mejor será su preparación.</p> <p><b>4:00 p.m.:</b><br/>         Tome ambas tabletas de Dulcolax (bisacodilo).</p> <p><b>6:00 p.m.:</b><br/>         Empiece tomando 8 oz. de Miralax/Gatorade cada 15 minutos hasta que termine 32 onzas.</p> | <p><b>Continúe con la dieta de líquidos claros.</b></p> <p><b>Antes de las 10:00 a.m.:</b><br/>         Mezcle 1 botella de Miralax en 64 oz. de Gatorade y refrigérelo.</p> <p>A lo largo del día, beba 4-6 vasos (8 onzas) de agua o líquidos claros. Cuanto más beba, mejor será su preparación.</p> <p><b>6:00 pm:</b><br/>         Empiece bebiendo 8 oz. de Miralax/Gatorade cada 15 minutos hasta que termine 48 onzas.</p> | <p><b>Temprano por la mañana:</b><br/>         Tome sus medicamentos recetados habituales (especialmente el medicamento para la presión arterial) excepto los diabéticos.</p> <p><b>3 horas antes de salir de su hogar:</b><br/>         Beba 8 oz. de Miralax/Gatorade cada 15 minutos hasta que termine 16 onzas más. En este momento, habrá terminado un total de 64 onzas. Si sus heces no son un fluido claro o de color amarillo claro, llame al consultorio de inmediato.</p> <p><b>Durante las 2 horas posteriores a la hora de ingreso:</b><br/>         nada por vía oral</p> |
| <p><b>Consejos para prepararse</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Almohadillas medicadas de Tucks ayudan a aliviar la inflamación anal durante la preparación de los intestinos.</li> <li>✓ Si refrigera el Miralax y usa un popote (sorbeto), es más fácil de beber.</li> <li>✓ <b>Si le dan náuseas en cualquier momento durante la preparación, reduzca la velocidad a 8 onzas de Miralax cada 30-60 minutos.</b></li> <li>✓ Siga estas instrucciones en lugar de las instrucciones que se proporcionan con el Miralax.</li> </ul> |  |   |   |  |   |

# La experiencia de la colonoscopia paso a paso

---

## 1. Preparación para su colonoscopia:

- Planifique el tiempo de preparación: Planifique algunas horas la noche anterior y la mañana de su procedimiento para beber la preparación y evacuar sus intestinos. Planifique estar en un espacio personal, cerca de un baño. Por lo general, la diarrea y la urgencia comienzan entre 15 minutos y 4 horas después de comenzar a tomar su preparación.
- Tómese el día libre. Se recomienda que se tome el día libre del trabajo el día de su procedimiento. No debería tomar ninguna decisión importante por el resto del día después del procedimiento. No debe conducir por el resto del día.
- Recoja su preparación al menos tres a cinco días antes de su procedimiento.
- Si ha tenido problemas con la colocación de la intravenosa (IV), sírvase llegar con un tiempo previo adicional de 15 minutos.

## 2. Facturación:

- Tenga en cuenta que las colonoscopias de detección a menudo no están sujetas a deducibles, copagos o coseguros. Siempre trataremos de facturar una colonoscopia de detección como una “colonoscopia de detección”.
- Sin embargo, si se necesita extirpar un pólipo o realizar biopsias durante la colonoscopia, entonces por ley estamos obligados a usar el código para “colonoscopia con polpectomía” o “colonoscopia con biopsia”. En estos casos, se podrían aplicar deducibles, copagos y coseguros. Consulte con su compañía de seguros para obtener detalles.

## 3. Antes de su procedimiento:

Se le informará sobre los riesgos del procedimiento y firmará un formulario de consentimiento. Repasará sus antecedentes médicos y medicamentos en el momento del ingreso. Se pondrá una bata de hospital y se le colocará una vía intravenosa en su brazo para administrar fluidos y medicamentos.


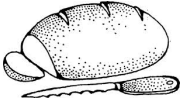





## 4. Durante su procedimiento:

Se le colocará sobre su lado izquierdo. Se le administrarán medicamentos a través de su vía intravenosa para ayudarlo a relajarse y a que esté más cómodo y soñoliento. El médico le introducirá un endoscopio en su recto para observar el revestimiento del recto y el colon. Se introducirá aire en su colon para permitirle al médico visualizar mejor el revestimiento de su intestino grueso. Su organismo querrá expulsar el aire, no intente retener el aire ya que esto podría causar incomodidades. Siéntase en total libertad de expulsar tanto aire como pueda. Podría sentir calambres leves durante el procedimiento. Si empeoran, podrá decirsele al médico y se le dará más medicamento. La mayoría de los pacientes no recuerdan parte o todo del procedimiento debido a los medicamentos. El procedimiento dura aproximadamente 30 a 60 minutos. Luego será llevado al área de recuperación.

## 5. Después de su procedimiento:

Permanecerá en el área de recuperación hasta que esté listo para el alta (generalmente después de 30 minutos). Podría sentirse hinchado o tener calambres abdominales leves. Expulsar el aire de su colon le ayudará a sentirse más cómodo. Será dado de alta cuando esté alerta y estable. El médico o enfermera hablarán con usted sobre su plan de atención. Recuerde que debe tener un acompañante para que conduzca y lo acompañe a su casa. Puede regresar al trabajo la mañana después de su colonoscopia (no la noche de la colonoscopia).

## DIETA CON BAJO CONTENIDO DE FIBRA

| GRUPO DE ALIMENTO   | ESTÁ BIEN COMER  |  | NO COMER  |   |  |
|---|--|--|---|---|--|
| <b>Leche, productos lácteos</b><br>        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leche, crema, leche con chocolate, chocolate caliente, bebidas con base de leche</li> <li>• Queso, requesón</li> <li>• Caldo</li> </ul>                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Yogur, crema agria</li> <li>• Flan o budín</li> <li>• Helado o postres congelados</li> <li>• Salsas cremosas</li> <li>• Sopas sin semillas o frijoles</li> </ul>      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Yogur con granola, semillas, nueces o fruta con cáscara</li> </ul>   |   |  |
| <b>Panes, granos</b><br>                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Panes y granos elaborados de harina blanca o refinada incluyendo: panecillos, bagels, muffins (sin salvado), muffins ingleses</li> </ul>                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cheerios, Rice Crispies</li> <li>• Hojuelas de maíz</li> <li>• Galletas saladas</li> <li>• Pasta</li> <li>• Crema de trigo</li> </ul>                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Trigo integral o granos con semillas incluyendo: panecillos, bagels, muffins, muffins ingleses</li> <li>• Avena</li> <li>• Raisin Bran (salvado con pasas), All Bran</li> </ul>          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wheaties</li> <li>• Granola</li> <li>• Palomitas</li> <li>• Arroz integral, arroz silvestre</li> </ul> |  |
| <b>Carne, pescado, aves, proteínas</b><br> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Carne de res blanda, carne molida</li> <li>• Pollo</li> <li>• Cerdo</li> <li>• Huevos</li> <li>• Pescado y mariscos</li> </ul>                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mantequilla de maní (cacahuete) cremosa</li> <li>• Cordero</li> <li>• Tofu</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Carne dura con cartílagos</li> <li>• Mantequilla de maní (cacahuete) con pedacitos de maní</li> <li>• Todos los frijoles, las nueces, los chícharos, las lentejas y legumbres</li> </ul> |   |  |
| <b>Fruta</b><br>                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Blanda en conserva o fruta cocida sin semillas o cáscara</li> <li>• Melón blando</li> <li>• Jugo de fruta sin pulpa</li> <li>• Jaleas de fruta sin pulpa</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Todas las otras frutas crudas</li> <li>• Todas las frutas secas</li> <li>• Jugo de fruta con pulpa</li> </ul>   |   |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jugo de ciruela</li> <li>• Ciruelas</li> <li>• Bananas</li> </ul>   |
| <b>Vegetales y papas</b><br>             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Papas sin cáscara</li> <li>• Jugo de vegetales sin pulpa</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Todos los vegetales crudos o cocidos al vapor</li> <li>• Frijoles, chícharos</li> <li>• Papas con cáscara</li> <li>• Coles de Bruselas</li> <li>• Maíz (!)</li> </ul> |   |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Brócoli, coliflor</li> <li>• Col, cebolla</li> <li>• Sauerkraut</li> <li>• Vegetales de hoja verde o lechuga</li> </ul> |
| <b>Grasas y aceites</b><br>              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mantequilla</li> <li>• Aderezos de ensalada sin semillas o nueces</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Margarina</li> <li>• Aceite</li> <li>• Mayonesa</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nueces (!)</li> <li>• Semillas (!)</li> <li>• Coco</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aderezo de ensalada con nueces o semillas</li> </ul>   |  |
| <b>Misceláneo</b><br>                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Azúcar</li> <li>• Sal</li> <li>• Jalea</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Miel de abeja</li> <li>• Almíbar</li> <li>• Jugo de limón</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mermelada</li> <li>• Compotas</li> <li>• Condimentos</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Encurtidos</li> <li>• Aceitunas</li> </ul>   |  |

**¿Por qué tengo que comer una dieta con bajo contenido de fibra?** Es muy importante que empiece la dieta con bajo contenido de fibra 4 días antes de su colonoscopia. La fibra no se digiere y queda en su colon, lo que hace que la colonoscopia sea menos precisa.

## DIETA DE LÍQUIDOS CLAROS

Es especialmente importante que evite los líquidos claros con colorantes rojos o púrpura.

| ESTÁ BIEN COMER   | NO COMER  |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Agua</li> <li>• Aguas con sabores (sin colorantes rojos o púrpura)</li> <li>• Caldos claros (pollo, res o vegetales)</li> <li>• Jugos (sin pulpa y sin colorantes rojos o púrpura)               <ul style="list-style-type: none"> <li>✓Manzana</li> <li>✓Uvas blancas</li> <li>✓Limonada sin pulpa</li> </ul> </li> <li>• Sodas</li> <li>• Gatorade</li> <li>• Té (con azúcar ESTÁ BIEN)</li> <li>• Café (negro; con azúcar ESTÁ BIEN)</li> <li>• Gelatina, o sea, Jello (sin fruta; sin colorantes rojos o púrpura)</li> <li>• Paletas (sin fruta o crema; sin colorantes rojos o púrpura)</li> <li>• Helados italianos (sin colorantes rojos o púrpura)</li> <li>• Agua de coco</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leche (ninguna leche de vaca, soja, almendra, arroz, cáñamo)</li> <li>• Crema</li> <li>• Batidos de leche</li> <li>• Helado</li> <li>• Smoothies</li> <li>• Jugo de naranja</li> <li>• Jugo de toronja</li> <li>• Jugo de tomate</li> <li>• Sopas aparte de caldos claros</li> </ul> |

### ¿Por qué debo seguir una dieta de líquidos claros?

Una dieta de líquidos claros es necesaria durante la preparación de la colonoscopia para proporcionar los fluidos necesarios. Los líquidos claros son más fáciles de digerir y no dejan residuos, o dejan pocos residuos, en el tubo digestivo. Los líquidos claros son líquidos en los que puede verse a través de ellos. Por ejemplo, el café es un líquido claro, pero el café con crema o leche no lo es.

## ÓRDENES ANTES DE LA COLONOSCOPIA PARA PACIENTES DIABÉTICOS

### Personas diabéticas con control de la alimentación solamente:

- Sin cambios en la preparación usual.
- Se debe realizar un análisis de azúcar en sangre con lanceta (FSBS, por su sigla en inglés) al momento de la llegada.

### Personas diabéticas que reciben agentes hipoglucémicos orales:

- Tome su medicamento usual para la diabetes en la mañana de la preparación, luego no puede tomar más medicamentos hasta después de la colonoscopia.
- Se debe realizar un FSBS al momento de la llegada.

### Personas diabéticas que reciben insulina:

- Tome la mitad de la dosis de insulina el día antes del examen.. No se administre insulina la mañana de la colonoscopia.
- Se debe realizar un FSBS al momento de la llegada.