

A usted se le programó una colonoscopia en UNC Health Care. Sabemos que prepararse para una colonoscopia puede ser difícil y puede que tenga muchas preguntas acerca de la prueba. Hemos creado este manual de instrucciones para ayudarle a prepararse y responder sus preguntas. Después de leer estas instrucciones y al prepararse para el procedimiento, **complete la lista de verificación** para prepararse para la colonoscopia que aparece adjunta al final.

### ¿CÓMO FUNCIONA LA COLONOSCOPIA?

La colonoscopia se hace para mirar si el interior del intestino grueso (colon) presenta posibles pólipos, cáncer y otras afecciones. Justo antes de comenzar el procedimiento, usted recibirá un medicamento que le hará sentir sueño. Luego, el médico le insertará por el ano un tubo flexible que tiene una pequeña cámara y linterna para ver el interior del colon en un monitor de TV. El médico podrá tomar biopsias de cualquier área que parezca anormal y también podrá extraer pólipos. Usted despertará poco después de la prueba. La mayoría de las personas no recuerdan el procedimiento.

### ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE TENER LOS INTESTINOS LIMPIOS?

Si el interior del colon no está limpio, su médico no podrá ver cosas importantes, como pólipos o cáncer e incluso es probable que deba hacer la prueba de nuevo. Esto significa que usted deberá empezar de nuevo y volver otro día para hacerse la prueba; algo que nadie quiere hacer.

Si, en cambio, usted viene con el colon debidamente vacío y limpio, el médico será capaz de ver todo el colon y hacerle la prueba «UNA VEZ Y YA ESTÁ», lo que significa precisamente eso: hacerse la prueba una vez, hacerla bien y ya está. Siga las siguientes instrucciones para hacer esta prueba una vez y ya está:

### 7 DÍAS ANTES DE LA COLONOSCOPIA

Debe dejar de tomar cualquier tipo de medicamentos antiinflamatorios no esteroides (por ejemplo, ibuprofeno) y aspirina *a menos que* se los haya recetado el médico.

Si usted toma *Plavix* (Clopidigrel), *Coumadin* (Warfarin) u otros anticoagulantes o medicamentos para diluir la sangre, deberá discutir con su médico qué debe hacer.

### 3 Y 2 DÍAS ANTES DE LA COLONOSCOPIA

*Qué debe comer:* comience una dieta baja en fibra, lo que significa que NO debe comer verduras, frutas ni granos (como por ejemplo, pan integral, palomitas de maíz o avena).

Asegúrese de haber ido a buscar el medicamento de «preparación intestinal» que le hayan recetado.

### 1 DÍA ANTES DE LA COLONOSCOPIA

*Qué debe comer:* no debe comer ningún alimento sólido el día antes de su colonoscopia. Sólo puede consumir líquidos claros, como caldo, gelatina y paletas de hielo.

*Qué debe beber:* puede beber solo líquidos claros para el desayuno, el almuerzo y la cena. Asegúrese de beber suficiente líquido durante el día, además de lo que se indica en la preparación intestinal. Los líquidos que SÍ puede beber incluyen: agua, café negro, té, jugo de manzana, gaseosas, agua mineral y bebidas deportivas como *Gatorade*. Los líquidos que NO puede beber incluyen: leche, jugo de naranja o piña, café con leche y alcohol.

*Cómo tomar la «preparación intestinal»:* las instrucciones de cómo debe tomarla vendrán de la farmacia junto con la preparación. Para su procedimiento, le recomendamos una «preparación dividida», lo que significa que usted deberá tomar la mitad de la preparación la tarde antes de la prueba y la otra mitad el día de la prueba. **En la mañana del día antes de la colonoscopia, usted deberá mezclar y refrigerar la preparación. Empiece a tomar la preparación en la tarde, a las 6:00 p. m. Beba 8 onzas cada 15 minutos hasta terminar la mitad de la preparación.** Una vez que haya que terminado, le recomendamos beber por lo menos 8 onzas de líquido claro para ayudar a evitar la deshidratación. **NO ingiera ningún alimento sólido hasta después de la colonoscopia.**

*Medicamentos:* Si usted tiene diabetes, le recomendamos que use solamente la mitad de la dosis de insulina de acción prolongada (por ejemplo, *Lantus*) la noche antes de la colonoscopia.

## DÍA DE LA COLONOSCOPIA

*Qué debe comer:* no podrá comer ningún alimento, chupar caramelos ni masticar chicle hasta DESPUÉS de finalizada la colonoscopia.

*Qué debe beber:* solo podrá beber agua, café negro (sin azúcar, leche ni crema), jugo de manzana, refrescos o agua con gas. Deje de beber estos líquidos al menos 3 horas antes de la colonoscopia.

*Medicamentos:* NO tome ningún tipo de medicamento para la diabetes, diuréticos (como Lasix / furosemide) o medicamentos para la presión arterial que terminen en «pril» o «artan». Usted podrá tomar sus otros medicamentos con una pequeña cantidad de líquido hasta cuatro horas antes de hacerse la colonoscopia.

*Tomar la «preparación intestinal»:* ya debió haber terminado la mitad de la preparación la noche antes del procedimiento. **Usted debe tomarse la segunda mitad de la preparación. Tómese un vaso de 8 onzas de esta mezcla cada 15 minutos hasta que la acabe. Usted debe tomarse la segunda mitad de la preparación comenzando 4 horas antes de la hora programada para su colonoscopia y terminar de tomarla por lo menos 2 horas antes de la prueba, incluso si eso significa tener que levantarse muy temprano.** Por ejemplo, si la colonoscopia está programada para la 1:00 p. m., tome la segunda parte de la preparación a las 9:00 a. m. y téminela antes de las 11:00 a. m. del día de la colonoscopia. Si, en cambio, la colonoscopia está programada para las 9:00 a. m., tome la segunda parte de la preparación a las 5:00 a. m. y téminela a las 7:00 a. m. de la mañana de la colonoscopia. Sabemos que es difícil levantarse tan temprano, pero es muy importante tomar la segunda parte de la preparación 4 horas antes de la colonoscopia para obtener los mejores resultados.

**Después de terminar de tomar la preparación, no tome ningún otro líquido ni alimento. Llegue 45 minutos antes a su cita acompañado de un adulto que lo pueda llevar a su casa después de la prueba.** Por favor, asegúrese de llevar a la cita su tarjeta del hospital y una lista de los medicamentos que esté tomando.

## DESPUÉS DE LA COLONOSCOPIA

Una vez finalizada la colonoscopia, usted permanecerá bajo observación en la sala de recuperación durante aproximadamente 30 minutos. Antes de salir, el médico le explicará los resultados del examen y

también le dará un informe e instrucciones que debe seguir. La persona que lo acompañó deberá firmar su salida y llevarlo a casa. Usted no puede conducir ni volver a trabajar, como mínimo, por 12 horas (a menos que haya tenido una colonoscopia sin sedación, lo cual es muy poco común).

## **PREGUNTAS FRECUENTES**

### *¿Cuáles son los efectos secundarios de la «preparación intestinal»?*

Usted tendrá mucha diarrea como consecuencia de tomar la preparación intestinal. La diarrea puede comenzar a los pocos minutos de tomar la preparación o 3 horas después. Va a pasar mucho tiempo en el baño una vez empiece a tomar la preparación, por lo tanto asegúrese de estar en casa y de tener un baño cerca. La mayoría de la gente siente hinchazón y malestar abdominal. Esto es normal, así que no se alarme si tiene estos síntomas. Otras personas tienen náusea, lo que también es normal. A algunas personas no les gusta el sabor o el olor de la medicina. Por favor, no permita que esto le impida tomar el medicamento según las indicaciones. En muy raras ocasiones las personas vomitan al tomar la preparación. Si esto ocurre, deje de tomar la preparación y llámenos. Entre las 7:30 a. m. y las 4:30 p. m., llame al 919-966-5563 (si el procedimiento está programado para realizarse en *UNC Hospitals*) o al 919-843-7200 (si el procedimiento está programado para realizarse en *UNC de Meadowmont*). Si llama fuera del horario de atención (de 4:30 p. m. a 7:30 a. m.), envíele un mensaje al gastroenterólogo especialista en formación (*GI Fellow*) de turno al 919-966-4131.

### *¿Cómo saber si la preparación está funcionando?*

La materia fecal que salga debe ser clara y **sin muchas partículas**. Una forma de saber que está todo bien es cuando se ve que la materia fecal es de color amarillo, liviana, líquida y clara, como la orina.

### *La preparación no ha empezado a hacer efecto ¿Está bien?*

Distintas personas responden de manera diferente al tomar la preparación intestinal; algunas empiezan a tener diarrea pocos minutos después de tomar la preparación, mientras que otras no tienen ningún tipo de síntoma por una hora o más. Si ha esperado más de 3 horas sin ningún efecto, entonces es posible que la preparación no esté funcionando bien. Asegúrese de estar tomando suficiente líquido, como se indica arriba. Si eso no da resultado, tome la segunda parte de la preparación y continúe bebiendo líquido. Tendrá que dar resultados en algún momento. Llámenos al 919-966-5563 (de 7:30 a. m. a 4:30 p. m.) o envíele un mensaje al gastroenterólogo especialista en formación (*GI Fellow*) de turno al 919-966-4131 (de 4:30 p. m. a 7:30 a. m.) si la medicina no ha hecho efecto en absoluto, a pesar de haber bebido suficiente líquido y tomado el medicamento según lo indicado.

### *¿Qué debo hacer si normalmente tomo medicamentos?*

- Aspirina e antiinflamatorios no esteroideos (AINE): deje de tomarlos 7 días antes de la colonoscopia a menos que se los haya recetado el médico.
- *Plavix* (Clopidogrel), *Coumadin* (Warfarin) y otros anticoagulantes: discuta esto con el médico.
- Medicamento para la diabetes: si usted es diabético y usa insulina de acción prolongada (*Lantus*), le recomendamos que use solo la mitad de la dosis usual la noche antes de la colonoscopia. No tome ningún medicamento para la diabetes en la mañana de la prueba. Luego de la prueba, podrá volver a tomar los medicamentos.
- Medicamentos para la presión arterial: no tome ningún tipo de diurético (por ejemplo, *Lasix*) o medicamentos para la presión arterial que terminen con «-pril» o «artan» el día de la colonoscopia.
- Por favor, consulte con su médico de cabecera si tuviera más preguntas o inquietudes acerca de cualquier medicamento.

### *¿Cuánto tiempo llevará la prueba?*

La prueba en sí lleva entre 10 y 30 minutos, pero prepárese para pasar varias horas en el hospital o clínica.

*¿Puedo manejar a casa después de la colonoscopia?*

NO. Usted recibirá un medicamento durante la prueba que le hará sentir sueño, lo que significa que no puede manejar después de la prueba y, en cambio, deberá planificar que alguien lo pueda llevar a su casa. La persona que usted elija para llevarlo a casa deberá permanecer en la clínica u hospital durante la colonoscopia.

## **LISTA DE VERIFICACIÓN PARA PREPARARSE PARA LA COLONOSCOPIA**

### Instrucciones:

Aquí tiene usted una lista de verificación de cosas que debe hacer al prepararse para la colonoscopia. Cuando finalice de hacer cada cosa, marque la casilla correspondiente con una «X». Asegúrese de haber marcado todas las casillas antes de venir a hacerse la prueba.

### Antes de comenzar

- Lea estas instrucciones con cuidado.
- Asegúrese de tener la preparación intestinal. Si no la tiene, llame a su médico.
- Asegúrese de no tener ninguna pregunta sobre los medicamentos que toma. Si tuviera cualquier pregunta, llame a su médico.
- Asegúrese de tener a alguien que lo pueda llevar a su casa después de hacerse la colonoscopia.

### Un día antes de la colonoscopia

- Desayuno – líquidos claros solamente, nada de alimentos sólidos.
- Almuerzo – líquidos claros solamente, nada de alimentos sólidos.
- Cena – líquidos claros solamente, nada de alimentos sólidos.
- Tome la primera mitad de la preparación intestinal por la tarde según las indicaciones.
- Beba líquido en cantidad durante todo el día.
- Si tiene diabetes y usa *Lantus*, use solo la mitad de la dosis habitual.

### El día de la colonoscopia

- No coma ningún tipo de alimento sólido antes de la colonoscopia.
- Tome la segunda mitad de la preparación intestinal según las indicaciones, comenzando 4 horas antes de la hora de la colonoscopia y terminando por lo menos 2 horas antes.
- Una vez que haya finalizado de tomar toda la preparación intestinal, no podrá ingerir ningún líquido ni alimento.
- Llegue 45 minutos antes de la hora programada para su cita acompañado de un adulto que pueda llevarlo a casa después de la colonoscopia.
- No tome ningún medicamento para la diabetes, diuréticos (por ejemplo, *Lasix*) ni medicamentos para la presión arterial que terminen en «-pri» o «-artan».

**Si tiene alguna pregunta o necesita cambiar su cita médica, por favor llame al 919-966-5563 (si la colonoscopia está programada para realizarse en UNC Hospital) o al 919-843-7200 (para UNC en Meadowmont). Si tuviera cualquier pregunta luego del horario de atención, por favor envíe un mensaje al gastroenterólogo especialista en formación (*GI Fellow*) de turno al 919-966-4131.**

*Translated by UNC Health Care Interpreter Services, 04/06/13*