



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 la colonoscopia que se adjunta al final.**

### ¿CÓMO FUNCIONA LA COLONOSCOPIA?

La colonoscopia se usa para mirar si el interior del intestino grueso (colon) presenta posibles pólipos, cáncer u otras afecciones. Justo antes de comenzar el procedimiento, usted recibirá un medicamento que le hará sentir sueño. Luego, el médico insertará por el ano un tubo flexible que tiene una pequeña cámara y linterna y verá 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 se deba realizar 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 hacerse 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 de esta prueba una vez y ya está:

### 7 DÍAS ANTES DE LA COLONOSCOPIA

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

Si usted toma *Plavix* (Clopidigrel), *Coumadin* (Warfarin) u otros medicamentos para diluir la sangre / medicamentos anticoagulantes, 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).

Compre un *Gatorade* de 64 onzas (no compre un sabor de color rojo o morado y compre *Pedialyte* si usted tiene diabetes) y también una botella de 8.3 onzas (con suministro para 14 días) de *Miralax* o un equivalente genérico de este medicamento, que puede comprar sin receta médica.

*Si usted es propenso a sufrir de estreñimiento, le sugerimos que compre dos botellas de Miralax con suministros para 14 días cada una (o su equivalente genérico). Guarde una botella para el día antes de la preparación para la colonoscopia (ver más abajo). De la otra botella, tome 1 dosis de Miralax (mezclada con 8 onzas de agua) por la mañana y por la tarde 3 y 2 días antes de la colonoscopia.*

## 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. 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»:* para la realización de su prueba, 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. Mezcle el polvo del *Miralax* (o equivalente genérico) con 64 onzas de *Gatorade* frío (si es diabético, use *Pedialyte*). Agite bien la preparación. Tómese un vaso de 8 onzas de la preparación cada 15 minutos hasta completar una mitad (32 onzas). Una vez que haya terminado, podrá consumir SOLAMENTE líquidos claros. Le recomendamos beber entre 8 y 16 onzas de líquido claro para 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 mascar 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 la colonoscopia.

*Tomar la «preparación intestinal»:* ya debió haber terminado la mitad de la preparación la noche antes del procedimiento. Ahora tomará la preparación de la misma manera que lo hizo la noche anterior. Tome un vaso de 8 onzas de la preparación cada 15 minutos hasta terminarla.

**Usted deberá tomar 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 termínela para 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 termínela para 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 de su cita programada 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. Si usted tiene una ostomía, por favor traiga un set nuevo de suministros en caso de que se los tengan que cambiar.

### 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 al 919-966-5563 (de 7:30 a. m. a 4:30 p. m.) o envíele un mensaje al encargado de gastroenterología que se encuentre de turno al 919-966-4131 (de 4:30 p. m. a 7:30 a. m.).

- *¿Cómo saber si la preparación que he tomado 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 que he tomado todavía no ha empezado a dar efectos. ¿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 ninguna reacción, entonces es posible que la preparación no esté funcionando bien. Asegúrese de estar tomando suficiente líquido,

como se indica arriba. Si eso no da resultados, tome la segunda parte de la preparación y continúe bebiendo líquido. Tiene 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 encargado de gastroenterología de guardia al 919-966-4131 (de 4:30 p. m. a 7:30 a. m.) si la medicina no ha dado efectos 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: discutir esto con el médico.
  - 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» en el día de la colonoscopia.
  - Medicamento para la diabetes: si usted es diabético y toma insulina de acción prolongada (*Lantus*), tome solo la mitad de la dosis 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.
  - 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 a 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 arreglar 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.