

Cómo Prepararse para Su Colonoscopia con UVA Health

Instrucciones de Preparación Intestinal PLENVU

Gracias por elegirnos para sus cuidados. Siga las siguientes directrices e instrucciones de preparación para que su experiencia sea un éxito.

IMPORTANTE: Algunos medicamentos, como la medicación para la diabetes y los anticoagulantes, podrían causar complicaciones durante su próxima intervención. Si toma alguno de los siguientes medicamentos, póngase en contacto con el médico que se los receta **dos semanas antes de la fecha de la intervención** y pregúntele si debe dejar de tomarlos temporalmente.

- **Medicamentos para perder peso o para la diabetes**, incluidos Mounjaro, Ozempic, Saxenda, Victoza, Wegovy
- **Medicamentos anticoagulantes**, como Aggrenox, Coumadin, Eliquis, Lovenox, Persantine, Plavix, Pletal, Pradaxa, Ticlid, Warfarina, Xarelto,

Si toma alguno de estos medicamentos, también le recomendamos que siga una dieta de líquidos claros **durante 1 día** antes de este o cualquier procedimiento endoscópico durante el cual se sedará, o "dormirá", durante el procedimiento. Mientras siga una dieta de líquidos claros, puede beber agua, caldos y otros líquidos claros sin azúcar. Esto le ayudará a vaciar el estómago, lo cual es necesario para estos procedimientos.

Si toma Aspirina a diario, siga tomándola.

- Usted **DEBE** contar con un conductor el día de su procedimiento: Dado que recibirá medicación anestésica el día de la intervención, deberá contar con un adulto responsable mayor de 18 años que pueda llevarle a casa. Por su seguridad, UVA Health recomienda que esta persona permanezca con usted durante varias horas después de la intervención. No podrá conducir durante las **24 horas** siguientes a la intervención.
- Visitantes: Por favor, encuentre la información más actualizada sobre visitantes en la página web de UVAHealth <https://uvahealth.com/patients-visitors/visiting-patient>, o llámenos para preguntar si se permiten visitantes en el momento de su procedimiento (434) 243-3090.
- 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 consigo la tarjeta de información de su dispositivo.
- Objetos personales: Deje en casa las joyas y otros objetos de valor. No utilice lentes de contacto el día de la intervención. Si utiliza anteojos, audífonos o dentadura postiza, traiga un estuche para guardarlos durante la intervención.
- Tenga en cuenta que la UVA realiza colonoscopias en dos lugares. Por favor, confirme la 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 paciencia y que planee estar con nosotros al menos **de 2 a 3 horas**.

Si debe cancelar o reprogramar su cita, llame al equipo de programación de Endoscopia de UVA lo antes posible al (434) 243-3090.

Al 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 colonoscopia.
- Si está tomando medicamentos (aparte de la aspirina) que diluyen la sangre o si toma medicamentos para la diabetes (incluidos los agonistas GLP-1 recetados para perder peso), deberá informar al médico que le prescribe estos medicamentos de que tiene previsto someterse a una colonoscopia y pedirle instrucciones sobre esta medicación.
- Tenga en cuenta que la UVA realiza colonoscopias en dos lugares. Por favor, confirme la ubicación consultando la carta de recordatorio de su cita.

Cinco días antes de su colonoscopia:

- Comience una dieta baja en fibra (consulte los ejemplos de dietas bajas en fibra a continuación).
- Dejar de tomar hierro, incluyendo medicamentos o vitaminas que lo contengan.
- Haga arreglos para que alguien mayor de 18 años lo lleve y lo traiga del procedimiento.
- Disponga de abundantes líquidos claros en casa (véanse ejemplos de líquidos claros más abajo).

Un día antes de su colonoscopia:

- Beba sólo líquidos claros durante todo el día (véanse los ejemplos de líquidos claros más abajo). No coma alimentos sólidos ni productos lácteos. Beba 8 onzas (oz.) de líquido claro cada hora mientras esté despierto. 8 onzas equivalen a un vaso medidor.
- **A las 5:00 p.m.** comience a tomar la Dosis 1 de su solución de preparación.
 - Añada la Dosis 1 (1 bolsa) en el recipiente de mezcla que viene con su PLENVU
 - Añada agua hasta la línea de llenado. Usted tendrá que añadir al menos 16 onzas
 - Mezclar con una cuchara o agitar con una tapa hasta que PLENVU se haya disuelto completamente
- Beber la solución mezclada en 30 minutos
- Una vez que haya terminado la solución, enjuague el recipiente y vuelva a llenarlo con agua hasta la línea de llenado (16 onzas). Termine de beber el agua antes de 30 minutos.

- Continúe bebiendo líquidos claros durante el resto de la noche. Esto ayudará al medicamento a limpiar sus intestinos. Cuantos más líquidos claros beba, mejor funcionará el medicamento.
- Manténgase cerca de un cuarto de baño. La limpieza del colon provoca diarrea.

El día de su colonoscopia:

- Tome su medicación diaria hasta 2 horas antes de su procedimiento a menos que su médico le indique lo contrario.
- **5 horas antes de salir de casa** empiece a tomar la Dosis 2 de su solución preparatoria. Es posible que tenga que empezar en mitad de la noche para un procedimiento temprano por la mañana. La sincronización es esencial.
 - Añada la Dosis 2 (bolsa A y bolsa B) en el recipiente de mezcla que viene con su PLENVU
 - Añada agua hasta la línea de llenado. Usted tendrá que añadir al menos 16 onzas
 - Mezclar con una cuchara o agitar con una tapa hasta que PLENVU se haya disuelto completamente
- Beber la solución mezclada en 30 minutos
- Una vez que haya terminado la solución, enjuague el recipiente y vuelva a llenarlo con agua hasta la línea de llenado (16 onzas). Termina de beber el agua antes de 30 minutos.
- **2 horas antes de la hora programada para su 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 funcionando mi preparación? La evacuación intestinal que salga debe parecerse a los líquidos que usted está bebiendo: amarilla, ligera, líquida y transparente (como la orina) sin muchas partículas.

¿Cuáles son los efectos de la "preparación intestinal"? Tendrá mucha diarrea a causa de la preparación intestinal. Esto empezará desde unos minutos hasta 3 horas después de empezar la preparación. Muchas personas tienen hinchazón, molestias abdominales y/o náuseas. Esto es incómodo y casi siempre seguro. A algunas personas no les gusta el sabor o el olor del medicamento. Por favor, no deje que esto le impida tomar el medicamento según las instrucciones.

En raras ocasiones, algunas personas vomitan mientras toman el preparado. Si vomita, deje de tomar la preparación durante 30-60 minutos e inténtelo de nuevo. 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 hacer efecto, ¿qué hago? 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 no funciona, tómese la segunda parte de la preparación y siga bebiendo líquidos. Al final debería funcionar. Llame a la Unidad de Endoscopia de UVA al (434)243-3090 la mañana de su intervención si el medicamento sigue sin hacer efecto.

Dieta Líquida Clara

Cambie a esta dieta UN DÍA antes de su colonoscopia. Volverá a su dieta habitual después del procedimiento.

Líquidos claros aptos para el consumo	NO Beber
• Agua (natural, con gas o aromatizada) • Jugos de frutas sin pulpa, como jugo de manzana o de uva blanca • Bebidas carbonatadas, incluidos los refrescos oscuros (cola y cerveza de raíz) • Té o café sin leche ni crema • Bebidas deportivas (no rojas ni moradas)	• Leche • Cremas artificiales • Batidos de frutas o verduras • Gelatina (Jell-O) • Alcohol • Cualquier cosa roja o morada. Estos líquidos pueden parecer sangre en el colon. • Caldo

Dieta Baja en Residuos y Fibra

Comience esta dieta CINCO DÍAS antes de su colonoscopia. Volverá a su dieta habitual después de la intervención.

Alimentos	Alimentos que debe evitar
Panes y cereales Panes refinados, tostadas, panecillos, bizcochos, muffins, galletas, panqueques y waffles. Pan blanco enriquecido o de centeno ligero o panecillos Galletas saladas, tostadas Melba Cereales refinados listos para el consumo, como el arroz inflado y el trigo inflado Cereales refinados cocidos de trigo, maíz o arroz Harina de avena, sémola y farina coladas Cereales fríos refinados a base de arroz, maíz o avena (Rice Krispies, Cornflakes, Cheerios) Arroz blanco, pasta refinada, macarrones, fideos	Panes y Cereales Cualquier producto de panadería 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 deshidratada Salvado, cebada, arroz integral y salvaje
Verduras La mayoría de las verduras tiernas cocidas y en conserva sin semillas, como zanahorias, puntas de espárragos, remolacha, judías verdes o enceradas, calabaza, espinacas, calabaza (bellota) sin semillas, patata (sin piel), puré o habas cocidas coladas y guisantes (sin piel).	Verduras Verduras y hortalizas crudas con semillas, chucrut, calabaza de invierno y guisantes
Frutas La mayoría de las frutas enlatadas o cocidas, cóctel de frutas, aguacate, puré de manzana enlatado, albaricoques, duraznos, peras (todos sin piel ni semillas), puré de ciruelas y plátanos maduros. Jugo de fruta colado	Frutas Fruta cruda o seca, todas las bayas Jugo de ciruelas pasas
Leche/lácteos Leche, queso suave, queso cottage Yogur (sin bayas) Helado (sin fruta ni frutos secos) *limitar la leche/productos lácteos a 2 tazas al día	Leche/lácteos Yogur con pieles de frutas o semillas

Carne Carne picada o bien cocida y tierna de res, cordero, jamón, ternera, cerdo, pescado, marisco, aves (sin piel) y vísceras, huevos Crema de cacahuate suave Grasa/Snacks Margarina, mantequilla, aceites vegetales, mayonesa, sucedáneos de la nata, Tocino crujiente Salsas y aderezos para ensaladas Chocolate Caldo, sopas de crema coladas (sin maíz) elaboradas con ingredientes permitidos Varios Sal, salsa de soja, ketchup Especias suaves con moderación, salsa blanca Azúcar, miel, jalea, jarabe Jugo de limón, vinagre, vainilla y otros extractos aromatizantes Café, té, bebidas gaseosas y bebidas de frutas (sin pulpa)	Carne Carnes fibrosas duras con cartílago, marisco con tejido conjuntivo duro Carnes preparadas con ingredientes integrales, semillas o frutos secos Judías secas, legumbres, guisantes y lentejas Mantequilla de cacahuate en trozos Almejas y ostras crudas Grasa/Snacks Cualquiera elaborado con harina integral, salvado, frutos secos, semillas, coco o fruta deshidratada Nueces y palomitas Pasas, semillas, especias de semillas, encurtidos, aceitunas Mostazas picantes y condimentos Aderezos muy especiados para ensaladas Mermelada con frutos secos y semillas Varios Bebidas y gelatinas de color rojo o morado hasta 24 horas antes del procedimiento
--	---