

## Preparándose para Su Colonoscopia con UVA Digestive Health

Gracias por elegirnos para sus cuidados. Siga las siguientes instrucciones y preparativos 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 su procedimiento. No podrá conducir durante las **24 horas** siguientes a su procedimiento.
- 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 la UVA lo antes posible al (434) 243-3090.

## **MiraLAX® Instrucciones de Preparación Intestinal**

### **Dos semanas antes de su colonoscopia:**

- Tendrá que comprarlo (en cualquier farmacia local o tienda de comestibles):
  - **DOS** botellas de 238 gm/8.3 oz. de MiraLAX® (polietilenglicol)
  - **DOS botellas de 64 oz. (o cuatro botellas de 32 oz.) de Gatorade®, SIN color rojo o morado**
- Si toma medicamentos anticoagulantes, medicamentos para la diabetes (incluidos los agonistas del GLP-1 prescritos para la pérdida de peso), póngase en contacto con el médico que se los recetó para que le dé instrucciones especiales sobre cómo tomar esta medicación antes de la colonoscopia.

### **Cinco días antes de su colonoscopia:**

- Comience una dieta baja en fibra: evite las semillas, los frutos secos, las palomitas de maíz, la piel de las verduras y los cereales integrales (consulte los ejemplos de dietas bajas en fibra a continuación).
- Deje de tomar hierro, incluidas las vitaminas/medicamentos que lo contengan.
- Puede seguir tomando aspirina a diario.
- Haga arreglos para que alguien mayor de 18 años le lleve y le traiga de la intervención.
- Disponga de abundantes líquidos claros en casa (véanse ejemplos de líquidos claros más abajo).

### **Un día antes de su colonoscopia:**

- Beba abundantes líquidos claros durante todo el día (véanse ejemplos de líquidos claros más abajo). No tome productos lácteos ni líquidos rojos o morados. Intente beber 8 onzas (8 onzas equivalen a un vaso medidor) de líquido claro cada hora mientras esté despierto, se prefiere Gatorade®.

- Por la mañana, mezcle UNA botella de 238 g de MiraLAX® en 64 onzas de Gatorade®. Repita esta operación con el SEGUNDO frasco de 238 g de MiraLAX® mezclado en las SEGUNDAS 64 oz. de Gatorade®. Una vez disuelto, puede refrigerar el preparado. No debe quedar polvo de MiraLAX®.
- **A las 5:00 PM**, comience a beber la PRIMERA solución MiraLAX®/Gatorade® de 64 oz. **Beba SEIS vasos de 8 oz.** de solución de preparación, un vaso de 8 oz. cada 15-30 minutos.
  - Consejo: Utilice una pajita; si tiene frío, beba líquidos calientes o no refrigere la preparación.
  - Si experimenta náuseas, vómitos o hinchazón, tome un descanso de 30-60 minutos.
- **Si a las 10 de la noche no ha defecado, beba DOS vasos más de 8 onzas de preparación.**
- Debe beber 16 onzas adicionales de líquidos claros antes de acostarse.
- Manténgase cerca de un baño. La limpieza del colon provoca diarrea.

#### El día de su colonoscopia:

- **Cinco horas antes de salir de casa para su procedimiento, beba CUATRO vasos de 8 onzas** de solución MiraLAX®/ Gatorade®, un vaso de 8 onzas cada 15-30 minutos (o más, hasta que las deposiciones sean de color amarillo claro). Es posible que tenga que empezar en mitad de la noche para un procedimiento temprano por la mañana. No se salte esta parte de la preparación.
- Beba otros cuatro vasos (32 onzas en total) de líquidos claros durante la siguiente hora.
- Tome su medicación diaria hasta 2 horas antes de su procedimiento, a menos que su médico le indique lo contrario.
- **Dos horas antes de la hora programada para el procedimiento, DEJE DE BEBER todos los líquidos.** Si la intervención es a las 8 de la mañana, deberá dejar de beber antes de las 6 de la mañana.
- 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 Más 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 procedimiento si el medicamento sigue sin hacer efecto.

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
<ul style="list-style-type: none"><li>• Agua (natural, con gas o aromatizada)</li><li>• Jugos de frutas sin pulpa, como jugo de manzana o de uva blanca</li><li>• Bebidas carbonatadas, incluidos los refrescos oscuros (cola y cerveza de raíz)</li><li>• Té o café sin leche ni crema</li><li>• Bebidas deportivas (no rojas ni moradas)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Leche</li><li>• Cremas artificiales</li><li>• Batidos de frutas o verduras</li><li>• Gelatina (Jell-O)</li><li>• Alcohol</li><li>• Cualquier cosa roja o morada. Estos líquidos pueden parecer sangre en el colon.</li><li>• Caldo</li></ul>

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

<b>Dieta baja en residuos y fibra</b>	
<b>Alimentos</b>	<b>Alimentos a evitar:</b>
<p><b>Panes y cereales</b>                      Panes refinados, tostadas, panecillos, bizcochos, muffins, galletas, panqueques, waffles.                      Pan blanco enriquecido o de centeno ligero o panecillos                      Galletas saladas, tostadas Melba                      Cereales refinados listos para el consumo (como arroz inflado, trigo inflado, trigo refinado cocido, maíz o cereal de arroz)                      Harina de avena, sémola, farina colada                      Cereales fríos refinados a base de arroz, maíz o avena (Rice Krispies, Cornflakes, Cheerios)                      Arroz blanco, pasta refinada, macarrones, fideos</p> <p><b>Verduras</b>                      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).</p> <p><b>Frutas</b>                      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.                      Jugos de fruta colados</p> <p><b>Leche/lácteos</b>                      *Leche, queso suave, queso cottage, yogur (sin bayas), helado (sin fruta ni frutos secos)                      *Limitar <i>la leche/productos lácteos a 2 tazas al día</i></p>	<p><b>Panes y Cereales</b>                      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</p> <p><b>Verduras</b>                      Verduras y hortalizas crudas con semillas, chucrut, calabaza de invierno y guisantes</p> <p><b>Frutas</b>                      Fruta cruda o seca, todas las bayas, Jugo de ciruelas pasas</p> <p><b>Leche/lácteos</b>                      Yogur con pieles de frutas o semillas</p>

<p><b>Carne</b> Carne picada o bien cocida y tierna de res, cordero, jamón, ternera, cerdo, pescado, marisco, aves (sin piel), vísceras</p> <p>Huevos Crema de cacahuete suave</p> <p><b>Grasa/Snacks</b> Margarina, mantequilla, aceites vegetales, mayonesa, sustitutos de la crema Tocino crujiente Salsas y aderezos para ensaladas Chocolate Caldo, sopas de crema coladas (sin maíz) elaboradas con ingredientes permitidos</p> <p><b>Varios</b> 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)</p>	<p><b>Carne</b> Carnes fibrosas duras con cartílago, marisco con tejido conjuntivo duro Carnes preparadas con ingredientes integrales, semillas o frutos secos Judías, legumbres, guisantes y lentejas secas Crema de cacahuete en trozos Almejas y ostras crudas</p> <p><b>Grasa/Snacks</b> Cualquiera elaborado con harina integral, salvado, frutos secos, semillas, coco o fruta deshidratada Nueces y palomitas Pasas, semillas, especias de semillas, Encurtidos, aceitunas y condimentos Mostazas picantes Aliños para ensaladas muy condimentados Mermelada con frutos secos y semillas</p> <p><b>Varios</b> Bebidas y gelatinas de color rojo o morado hasta 24 horas antes del procedimiento</p>
---	--