

Instrucciones para la colonoscopia

GoLytely: preparación de dos días

Diez días antes

- Organice que un adulto responsable (mayor de 18 años) lo lleve a su hogar y se quede con usted el día del procedimiento. Si recibe sedación para su procedimiento y no cuenta con un adulto responsable, se cancelará su procedimiento. El adulto responsable puede retirarse, pero se debe poder localizarlo por teléfono antes del comienzo de su procedimiento y estar disponible para recogerlo no más de 15 minutos después de su procedimiento.
- Recibirá una llamada del personal de enfermería dentro de los 3-5 días hábiles previos para revisar las instrucciones de preparación para el procedimiento y los medicamentos que debe suspender. Esta llamada es importante, no la ignore.
- Compre un frasco de 10 onzas de citrato de magnesio de venta libre (no del rojo, azul ni morado).
- Compre un pequeño paquete de comprimidos o cápsulas de 125 mg de simeticona de venta libre (se aceptan genéricos).
- Compre un pequeño paquete de comprimidos de 5 mg de Dulcolax/bisacodilo de venta libre (se aceptan genéricos).

Siete días antes

- Consulte el enlace del **Manejo de medicamentos para procedimientos gastrointestinales (incluida la colonoscopia)** en www.chihealth.com/services/cancer-care/colonoscopy para saber qué dejar de tomar

Cinco días antes

- Comience con una dieta baja en fibras (consulte la Guía de dieta baja en fibras en el documento completo en www.chihealth.com/services/cancer-care/colonoscopy).

Dos días antes

- Beba sólo líquidos claros para el desayuno, almuerzo y cena. → Consulte la Guía de dieta baja en fibras en la página 5.
- Si es diabético: Consuma líquidos claros que no sean sin azúcar, que le darán el azúcar para ayudar con su azúcar en sangre.
- Si se administra insulina, consulte el enlace del **Manejo de medicamentos para procedimientos gastrointestinales (incluida la colonoscopia)** en www.chihealth.com/services/cancer-care/colonoscopy
- A las 5 p. m., beba el frasco de 10 onzas de citrato de magnesio.

Un día antes

- Siga bebiendo sólo líquidos claros para el desayuno, el almuerzo y la cena. → Consulte la Guía de dieta de líquidos claros en la página 5.
- **A las 8 a. m.**, agregue agua de la llave hasta la "línea de llenado" de la jarra de preparación y refrigere. → No agregue sobres saborizantes. Es posible que no le gusten. Se pueden agregar pequeñas cantidades luego a cada vaso.
- **A la 1 p. m.**, tome 4 comprimidos de Dulcolax; un total de 20 mg.

- **A las 5 p. m.**, comience a beber 8 onzas de la solución preparada. Beba cada 8 onzas en 20 minutos hasta que termine $\frac{3}{4}$ (75 %) de la jarra.
- La solución preparada no ayuda con la hidratación. Beba más líquidos claros para mantenerse hidratado.
- En caso de problemas, comuníquese con nuestra oficina de inmediato al 402-717-9800, marque la opción 1 y luego la 2.

6 horas antes de la hora del registro

póngase una alarma para llegar a tiempo

- Beba el resto de la solución preparada de una a dos horas. → Debe terminar la preparación 4 horas antes de la hora de registro.
- Tome 2 Simethicone (o genérico) de 125 mg con las últimas 8 onzas de la preparación
- Tome sus medicamentos habituales con sorbos de agua. Consulte el enlace del Manejo de medicamentos para procedimientos gastrointestinales (incluida la colonoscopia) en www.chihealth.com/services/cancer-care/colonoscopy
- Siga las instrucciones sobre la insulina que se detallan en el enlace del Manejo de medicamentos para procedimientos gastrointestinales (incluida la colonoscopia) en www.chihealth.com/services/cancer-care/colonoscopy
- No consuma sustancias que alteren la mente el día de su procedimiento, tales como las siguientes: alcohol, marihuana u otras sustancias "recreativas". Hacerlo llevará a que se cancele su procedimiento.
- Tenga en cuenta que permanecerá en el centro entre 1,5 y 2 horas para su procedimiento, desde el registro hasta que le den el alta.

Después del procedimiento

- Durante el procedimiento, se le administrarán medicamentos que pueden afectar considerablemente su capacidad de juicio. Deberá ausentarse al trabajo por ese día. Por su seguridad, no puede conducir, usar otro transporte ni salir del centro médico sin un adulto responsable. Posponga decisiones importantes hasta el día después del procedimiento.

Importante: Lea todas las instrucciones al menos dos semanas antes de su procedimiento.

Si tiene consultas sobre el procedimiento o la preparación, llame al 402.717.9800, marque la opción 1 y luego la 2

CHI Health Immanuel GI Lab,

CHI Health Midlands GI Lab,

CHI Health Creighton

University Medical Center - Bergan Mercy GI Lab,

CHI Health BASC

Guía de dieta baja en fibra

Leche y lácteos

SÍ PUEDE COMER

- ✓ Lácteos
- ✓ Crema
- ✓ Chocolate caliente
- ✓ Suero de leche
- ✓ Queso
- ✓ Crema agria

NO PUEDE COMER

- ✗ Yogur mezclado con semillas, nueces, granola o fruta con piel/semillas

Pan y cereales

SÍ PUEDE COMER

- ✓ Panes y cereales elaborados con harina blanca refinada
- ✓ Arroz blanco
- ✓ Galletas simples
- ✓ Cereal bajo en fibra (por ejemplo, crema de trigo, hojuelas de maíz)

NO PUEDE COMER

- ✗ Arroz integral o salvaje
- ✗ Pan, bollos, pasta o galletas integrales
- ✗ Cereal integral o alto en fibra (por ejemplo, granola, avena) (p. ej., granola, avena)
- ✗ Pan o cereal con nueces o semillas

Carnes y mariscos

SÍ PUEDE COMER

- ✓ Pollo
- ✓ Pavo
- ✓ Cordero
- ✓ Cerdo magro
- ✓ Ternera
- ✓ Pescado y mariscos, excepto salmón
- ✓ Huevos
- ✓ Tofu

NO PUEDE COMER

- ✗ Carne dura con cartílago
- ✗ Salmón

Legumbres

SÍ PUEDE COMER

- ✓ Nada

NO PUEDE COMER

- ✗ Arvejas secas
- ✗ Frijoles secos
- ✗ Lentejas
- ✗ Cualquier otra legumbre

Frutas

SÍ PUEDE COMER

- ✓ Jugo de fruta sin pulpa
- ✓ Puré de manzana
- ✓ Melón maduro y melón verde
- ✓ Duraznos y damascos maduros, pelados
- ✓ Frutas enlatadas o cocidas sin semillas ni piel

NO PUEDE COMER

- ✗ Frutas con semillas, piel o membranas (incluyendo bayas, piña, manzanas, naranjas, sandía)
- ✗ Frutas secas (incluyendo pasas)
- ✗ Cualquier fruta cocida o enlatada con semillas o piel

Verduras

SÍ PUEDE COMER

- ✓ Verduras enlatadas o bien cocidas sin piel ni cáscara (incluye zanahorias peladas, champiñones, nabos, puntas de espárrago)
- ✓ Papas sin piel
- ✓ Pepinos sin semillas ni piel

NO PUEDE COMER

- ✗ Verduras crudas, con piel, semillas o cáscara
- ✗ Maíz
- ✗ Papas con piel
- ✗ Tomates
- ✗ Pepinos con semillas y piel
- ✗ Repollo o coles de Bruselas cocidos
- ✗ Habichuelas
- ✗ Calabaza de verano o de invierno
- ✗ Habas
- ✗ Cebollas

Guía de dieta baja en fibra (continuación)

Nueces, mantequilla de nueces, semillas

SÍ PUEDE COMER

- ✓ Mantequilla de maní/almendra/anacardo cremosa (suave)

NO PUEDE COMER

- ✗ Nueces (incluyendo maní, almendras, nueces)
- ✗ Mantequilla de nueces con trozos
- ✗ Semillas como hinojo, sésamo, calabaza, girasol

Grasas y aceites

SÍ PUEDE COMER

- ✓ Manteca
- ✓ Margarina
- ✓ Aceites vegetales y otros
- ✓ Mayonesa
- ✓ Aderezos para ensalada sin semillas ni nueces

NO PUEDE COMER

- ✓ Aderezos para ensalada con semillas o nueces

Sopas

SÍ PUEDE COMER

- ✓ Caldo, bouillon, consomé y sopas coladas
- ✓ Sopas a base de leche o crema, coladas

NO PUEDE COMER

- ✗ Sopas sin colar o con hierbas
- ✗ Chili
- ✗ Sopa de lentejas
- ✗ Sopa de arvejas
- ✗ Sopa de frijoles secos
- ✗ Sopa de maíz

Postres

SÍ PUEDE COMER

- ✓ Flan
- ✓ Pudín simple
- ✓ Helado (sin nueces ni fruta)
- ✓ Sorbete
- ✓ Jell-o o gelatina, sin fruta añadida ni colorante rojo, azul o morado
- ✓ Galletas o pastel elaborados con harina blanca, sin semillas, fruta seca ni nueces

Postres (continuación)

NO PUEDE COMER

- ✗ Coco
- ✗ Cualquier cosa con semillas o nueces
- ✗ Cualquier cosa con colorante rojo, azul o morado añadido
- ✗ Galletas o pastel elaborados con harina integral, semillas, fruta seca o nueces

Bebidas y refrescos

SÍ PUEDE TOMAR

- ✓ Café
- ✓ Té
- ✓ Chocolate caliente o cacao
- ✓ Bebidas claras de fruta (sin pulpa)
- ✓ Refrescos y otras bebidas carbonatadas
- ✓ Ensure, Boost o Enlive sin fibra agregada

NO TOMAR

- ✗ Jugo de frutas o verduras con pulpa
- ✗ Bebidas con colorante rojo, azul o morado

Otro

SÍ PUEDE COMER

- ✓ Azúcar
- ✓ Sal
- ✓ Jalea
- ✓ Miel
- ✓ Jarabe
- ✓ Jugo de limón

NO PUEDE COMER

- ✗ Coco
- ✗ Palomitas de maíz
- ✗ Mermelada
- ✗ Mermelada de cítricos
- ✗ Encurtidos
- ✗ Pepinillo
- ✗ Aceitunas
- ✗ Mostaza molida gruesa

Dieta de líquidos claros

24 horas antes de la hora de registro, puede consumir los siguientes líquidos claros:



✓ Agua/agua saborizada/agua de coco



✓ Bebidas deportivas claras (sin colorante rojo, azul ni morado)



✓ Jell-o (sin colorante rojo, azul ni morado)



✓ Jugos claros y de color claro, como manzana, uva blanca, limonada sin pulpa y arándano blanco (sin pulpa ni colorante rojo, azul ni morado)



✓ Café negro o té negro (puede usar endulzante, pero sin leche ni crema; solo puede consumir hasta dos tazas de café negro desde la mañana de su procedimiento).



✓ Caldo claro (vegetales, res, pollo)



✓ Paletas sin crema ni fruta (sin colorante rojo, azul ni morado)



✓ Refrescos

Seis horas antes de la hora de registrarse, limite los líquidos claros a los siguientes:*



✓ Agua



✓ Café negro (2 tazas o menos a partir de la mañana del procedimiento; sin endulzante, crema ni leche)



✓ Té claro (sin endulzantes/crema/leche)

**Si es diabético y sufre hipoglucemia, puede tomar jugos de color claro, como manzana, uva blanca, limonada sin pulpa y arándano blanco (sin pulpa, ni rojo, azul o morado) hasta dos horas antes de la hora de registro.*

NO TOMAR

- ✗ Batidos con leche
- ✗ Batidos de fruta
- ✗ Jugos que no sean claros, como por ejemplo: naranja, piña, toronja y tomate
- ✗ Leche (con y sin lactosa)
- ✗ Sopa que no sea caldo claro/caldo no colado (por ejemplo, caldo que aún contiene hierbas)
- ✗ Cereal cocido
- ✗ Jugos, paletas o gelatinas con colorante rojo, azul o morado
- ✗ Bario/contraste oral
- ✗ Alcohol

¿Cómo sé si mi preparación está funcionando?

(sólo para la colonoscopia)

Observe los siguientes ejemplos para comparar:



Oscura
y turbia.
NO ESTÁ BIEN

Marrón
y turbia.
NO ESTÁ BIEN

Naranja oscura y
semiclara.
NO ESTÁ BIEN

Naranja claro
y mayormente
transparente.
YA CASI LO LOGRA

Amarilla y clara,
como orina.
YA ESTÁ LISTO

Después de beber todo el preparado, sus deposiciones deben ser líquidas, amarillas y claras, como el N.º 5. Si es así, ya está listo.

Pero, si sus deposiciones son sólidas, tienen partículas semisólidas o se parecen al N.º 1, N.º 2 o N.º 3, no está lo suficientemente preparado y deberá beber más líquido preparatorio o reprogramar su procedimiento.

Es muy importante que beba TODA la preparación. No deje de tomar la preparación solo porque haya tenido varias deposiciones claras.