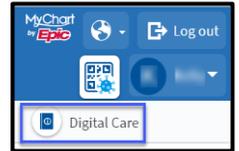


Gracias por elegir Duke Health para sus necesidades de atención médica. Su proveedor de salud le ha ordenado una colonoscopia. Un enlace a la información sobre su procedimiento está disponible en My Duke Health. Por favor, revise la información sobre su procedimiento y vea los videos de preparación para que esté listo para su colonoscopia. Debe completar una preparación intestinal para su colonoscopia. Su proveedor de salud seleccionó la preparación laxante para su colonoscopia basándose en su historial de salud. Esta preparación elimina las heces de su colon al hacerle una limpieza intestinal. Su preparación laxante es MiraLax® para un día.

### ¿Qué es una Colonoscopia?

Una colonoscopia es un procedimiento para detectar cáncer de colon o revisar síntomas gastrointestinales. Durante una colonoscopia, su médico insertará una cámara por su recto a través de un tubo delgado y flexible. El médico examinará dentro de su colon para verificar la salud del mismo. Un colon limpio permite que su médico vea el revestimiento del colon. Recibirá sedación vía intravenosa para dormirlo y mantenerlo cómodo durante su colonoscopia. Si tiene preguntas sobre la preparación, el procedimiento o su cita, llame a Duke GI al (919) 684-6437.



### Planificación para su colonoscopia - Dos (2) semanas antes de su procedimiento

- Inicie sesión en My Duke Health para revisar la información sobre su colonoscopia. Seleccione Atención Digital para acceder al enlace de la información impresa y los videos.
- Lea sus instrucciones y vea el video.
- Para este procedimiento, completará una preparación intestinal. Siga las instrucciones paso a paso.
- Compre la solución laxante y los suministros de la dieta de líquidos claros.
- Encuentre un familiar o amigo que pueda llevarlo a su procedimiento, permanezca con usted y lo lleve de regreso a casa. Su conductor debe permanecer en el departamento de endoscopia durante todo el procedimiento. Su conductor debe ser un adulto mayor de 18 años con una licencia de conducir válida. No puede irse a casa en un taxi, autobús o Uber.
- Revise la dirección donde se realizará su procedimiento, la fecha y hora de llegada.
- Planee estar en el departamento de endoscopia aproximadamente cuatro (4) horas para su procedimiento.
- Dado que recibirá sedación vía intravenosa, no se le permitirá conducir ni trabajar por las siguientes 24 horas después de su procedimiento.
- Imprima estas instrucciones y colóquelas en un lugar seguro, como en su refrigerador.

### Descripción general sobre la Colonoscopia y Videos de Preparación Paso a Paso

Abra YouTube y entre a Duke GI Colonoscopia Preparación de Un Día con MiraLax®

<https://youtu.be/C0MOMdiIxNI>

<https://youtu.be/nz4EXM4G7MM>

### Lista de suministros que debe comprar para la preparación:

Su preparación para la colonoscopia es con la solución laxante de MiraLAX® para un día. Los suministros necesarios no requieren receta médica y los puede comprar en su farmacia o supermercado.

- Un (1) bote de MiraLAX® de 17.9 onzas (opciones genéricas ClearLax o SmoothLax)
- Cuatro (4) tabletas de Simethicone de 125 mg (Gas-X®)
- Dos (2) tabletas de Bisacodyl de 5 mg (Dulcolax®)
- Tres (3) botellas de 28 onzas de bebidas deportivas bajas en azúcar. (como Gatorade Zero®, Hydralyte®, Pedialyte®, o Powerade Zero Sugar® que no sean rojos ni morados)
- Los líquidos claros que beberá el día antes y el día de su procedimiento. Revise la lista de líquidos claros en la página 4. **\*No compre líquidos rojos ni morados.\***

**DOS (2) SEMANAS antes de su procedimiento**

- Si tiene diabetes, hable con su proveedor de salud sobre sus medicamentos para la diabetes.
- Si toma anticoagulantes, pregunte a su proveedor de salud si necesita suspender su medicamento. (Coumadin, Pradaxa, Eliquis, Xarelto, Plavix, Effient, o Brilinta).



**SIETE (7) DÍAS antes de su procedimiento**

- Deje de tomar suplementos de hierro y multivitaminas con hierro.
- Beba un (1) vaso extra de agua cada día hasta el día de su procedimiento.

**CINCO (5) DÍAS antes de su procedimiento**

- Deje de comer alimentos altos en fibra como frijoles, frutas o verduras crudas, nueces o semillas. Revise la lista de alimentos para dieta baja en fibra en la página 4.
- Deje de tomar suplementos de Aceite de Pescado.

**DOS (2) DÍAS antes de su procedimiento**

- Deje de tomar sus suplementos de fibra como Metamucil®, Citrucel® o Fiberall®.
- A las 6:00 p.m., tome dos (2) tabletas de Bisacodyl con un vaso de agua.



**UN (1) DÍA antes de su procedimiento – Al despertar**

No coma ningún alimento sólido durante todo el día. Beba solo líquidos claros y la solución laxante de MiraLax®

- Prepare la solución laxante siguiendo estos pasos:
  1. Añada siete (7) medidas de polvo MiraLAX® a una (1) botella de 28 onzas de bebida deportiva. Puede usar una jarra para mezclar el polvo y la bebida deportiva.
  2. Repita el primer paso y añada otras siete (7) medidas de polvo MiraLAX® a la segunda botella de 28 onzas de bebida deportiva. Agite bien ambas botellas y póngalas en el refrigerador.
  3. A las 5:00 p.m.: Beba (1) botella preparada de la solución laxante. Puede beber un vaso de la solución laxante cada 10 minutos hasta que se termine toda la botella.
  4. A las 6:00 p.m., tome dos (2) tabletas de Simethicone con un vaso de agua.
  5. A las 7:00 p.m., beba la segunda botella de la solución laxante. Puede beber un vaso de la solución laxante cada 10 minutos hasta que se termine toda la botella.
- Permanezca cerca de un baño. En unas horas, comenzará a tener diarrea.
- Antes de acostarse, prepare la tercera botella de solución laxante para beber por la mañana. Añada siete (7) medidas de polvo MiraLAX® a la tercera botella de 28 onzas de bebida deportiva. Ponga la botella en el refrigerador.
- Continúe bebiendo líquidos claros hasta que se vaya a dormir. Cuanto más líquido beba, mejor será su preparación.

**El Día de su procedimiento – Al despertar**

- No coma ningún alimento sólido durante todo el día. Beba solo líquidos claros y la solución laxante de MiraLax®
- 5 horas antes de su procedimiento, beba la tercera botella de la solución laxante. Puede beber un vaso de la solución laxante cada 10 minutos hasta que se termine toda la botella.
- Siga las recomendaciones de su proveedor de salud y tome las medicinas que usualmente toma por las mañanas con pequeños sorbos de agua.
- 4 horas antes de su procedimiento, tome dos (2) tabletas de Simethicone con un vaso de agua. Después de esto no se le permite beber nada más.

- 2 horas antes de su procedimiento, si sus heces son de color marrón o contienen materia fecal sólida, llame a Duke GI al (919) 684-6437 y hable con una enfermera.



## Información sobre la preparación y preguntas frecuentes

Si tiene un **Marcapasos o Desfibrilador Interno**: Traiga la tarjeta de información del dispositivo a su cita previa y el día de la colonoscopia. Entregue la tarjeta del dispositivo a su enfermera cuando se registre para su procedimiento.

**Si no acepta o no puede recibir transfusiones de sangre en caso de una emergencia**, por favor llame al Centro para la Conservación de la Sangre en Duke al (919) 668-2467 una semana antes de su procedimiento.

**Soy diabético. ¿Puedo tomar medicamentos para la diabetes cuando beba mi preparación?**

**Si usa insulina o tiene una bomba de insulina**: Contacte a su proveedor de salud y pregunte como ajustar su dosis de insulina mientras bebe la solución laxante. Revise su nivel de azúcar en la sangre varias veces el día antes y el día de su procedimiento.

**Si toma pastillas para la diabetes, pero no insulina**: No tome su medicamento menos que su proveedor de salud le indique continuarlo. Revise su nivel de azúcar en sangre varias veces el día antes y el día de su procedimiento.

\*Beba líquidos claros con proteína como caldo de pollo, carne o vegano. Compre líquidos claros bajos o sin azúcar para beber durante su preparación

**¿Cómo sé si mi colon está limpio antes de mi procedimiento?**

Su colon estará limpio si sigue cada paso de la preparación. Estará listo para la colonoscopia si sus heces aparecen claras tipo orina de color amarilla y no contienen materia fecal sólida.

**La solución laxante me provoca vomito o náusea. ¿Cómo completo mi preparación?**

Si la solución laxante le provoca náusea o vómitos, deje de beber la solución por 30 minutos. Luego resuma y beba lentamente el resto de la solución. Mastique chicle, coma algún dulce, beba te de jengibre, soda ginger-ale o caldo.

**¿Cuáles son ejemplos de alimentos altos en fibra?**

Los alimentos altos en fibra incluyen todas las frutas y verduras crudas, nueces, semillas, pan integral, frijoles y lentejas.

**¿Cuáles son ejemplos de alimentos bajos en fibra?**

Revise la lista de alimentos bajos en fibra en la página 4.

**¿Puedo beber alcohol, vino o cerveza durante mi preparación?**

No, no beba bebidas alcohólicas durante la preparación para la colonoscopia.

**¿Debo continuar mi dieta de líquidos claros después de comenzar a beber la solución laxante?**

Sí, continúe bebiendo líquidos claros durante el transcurso del día. Cuantos más líquidos claros beba, mejor será su preparación y se sentirá mejor. Deje de beber agua cuatro (4) horas antes de su procedimiento.

**Peso menos de 100 libras. ¿Necesito beber toda la solución laxante?**

Sí, la preparación no se basa en el peso. Debe beber toda la solución laxante para asegurar una limpieza intestinal óptima.

**Tuve un bypass gástrico. ¿Necesito completar toda la preparación?**

Sí, debe completar todos los pasos en la preparación para que su colon esté limpio.

**¿Cómo puedo obtener información sobre mi preparación si pierdo estas instrucciones?**

Inicie sesión en su Duke MYChart y seleccione Cuidado Digital para imprimir sus instrucciones, o llame a Duke GI al (919) 684-6437 para obtener ayuda.

No, el alcohol, vino y cerveza no son líquidos claros. No beba ningún alcohol durante su preparación para la colonoscopia.

**Ejemplos de Líquidos Claros**

Puede beber cualquiera de estos líquidos durante la preparación para su procedimiento. Todos los líquidos deben ser de color claro y no rojo ni morado.

- Agua
- Té y café negro sin leche, crema, saborizantes no lácteos ni cremas en polvo
- Agua saborizada o agua de coco sin color rojo o morado
- Jugos claros y de color claro como manzana, uva blanca, limonada sin pulpa y arándano blanco
- Caldo claro, incluyendo de pollo, res o vegetales
- Sodas o agua con gas como Mountain Dew®, Ginger-ale, Sun-drop® o 7-Up®
- Bebidas deportivas como Gatorade Zero®, Hydralyte®, Pedialyte®, Powerade Zero Sugar® o Propel®
- Paletas heladas sin frutas ni cremas (sin colores rojos ni morados)
- Gelatina Jell-O® u otras gelatinas sin frutas (sin colores rojos ni morados)
- Bebida de jugo tropical Boost® Breeze (contiene proteína)

<b>Ejemplos de Alimentos bajos en fibra</b>	<b>Inicie su dieta baja en fibra CINCO (5) días antes de su procedimiento</b>
Leche y Lácteos	Leche, crema, queso, queso cottage, yogur y bebidas proteicas
Pan y Granos	Arroz blanco, pan blanco y galletas saladas (como saltines o Ritz) Cereales bajos en fibra (Rice Krispies, Cream of Wheat, Cornflakes)
Carnes y Proteínas	Pollo, Pavo, Cerdo, Ternera, Pescado, Mariscos, Huevos y Tofu Smooth Mantequilla de Maní suave o Mantequilla de Almendra Caldo de pollo, carne o vegetales, consomé y sopas coladas
Frutas	Jugo de frutas sin pulpa Compota de manzana Melón cantalupo y melón verde Albaricoques y melocotones pelados Frutas enlatadas o cocidas sin semillas o cascara
Verduras Enlatadas o Cocidas	Zanahorias peladas Champiñones Papas peladas
Postres sin frutas	Flan simple, pudín, helado, sorbete o gelatina