

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. Debe completar una preparación intestinal. Su proveedor de salud seleccionó la preparación laxante basándose en su historial de salud. Esta preparación elimina las heces de su colon al hacerle una limpieza intestinal. Su preparación laxante es con MiraLax para un día con un enema.

¿Qué es una Sigmoidoscopia flexible? Una Sigmoidoscopia flexible es un procedimiento utilizado para examinar la parte inferior del tracto gastrointestinal (el recto y el colon sigmoideo). Durante este examen, el medico insertara una cámara por el recto a través de un tubo delgado y flexible. Esto permite al médico inspeccionar visualmente el interior de su colon para evaluar su salud e identificar cualquier anomalía.

¿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 sus procedimientos - Dos (2) semanas antes:

- Inicie sesión en My Duke Health para revisar la información sobre sus procedimientos. Seleccione Atención Digital para acceder al enlace de la información impresa y los videos.
- Lea sus instrucciones y vea el video.
- Para la colonoscopia, completará una preparación intestinal. Siga las instrucciones paso a paso.
- Compre las tabletas laxantes y los suministros de la dieta de líquidos claros.
- Encuentre un familiar o amigo que pueda llevarlo a su cita, 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 con una licencia de conducir válida. No puede irse a casa en un taxi, autobús o Uber.
- Revise la dirección donde se realizarán sus procedimientos, la fecha y hora de llegada.
- Planee estar en el departamento de endoscopia aproximadamente cuatro (4) horas para sus procedimientos.
- Dado que recibirá sedación vía intravenosa, no se le permitirá conducir ni trabajar por las siguientes 24 horas después de sus procedimientos.

Descripción general sobre la colonoscopia y videos de preparación paso a paso.

Abra YouTube y entre a *Duke GI Colonoscopy One Day Miralax Prep* en el campo de búsqueda.

<https://youtu.be/C0MOMdixNI> y <https://youtu.be/JoJ8XEm8gN0>. No hay video para la administración de un enema.



Lista de suministros que debe comprar para la preparación:

Los suministros necesarios no requieren receta médica y los puede comprar en la farmacia.

- Un (1) bote de MiraLax de 17.9 onzas (opciones genéricas ClearLax o SmoothLax).
- Cuatro (4) tabletas de Simethicone de 125 mg (Gas-X®)

Preparación con Miralax y enema para procedimiento del tracto gastrointestinal inferior

Lower GI Procedure with Miralax Standard and Enema Prep

- Dos (2) tabletas de Bisacodyl de 5 mg (Dulcolax®)
- Dos (2) enemas de solución salina de 7.8 oz. (Fleets®)
- 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. Ejemplos: Gatorade Zero®, Hydralyte®, Pedialyte®, o Powerade Zero Sugar®) ***No compre líquidos rojos o morados***

DOS (2) SEMANAS antes de sus procedimientos

- 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 sus procedimientos

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

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 abajo.
- Deje de tomar suplementos de Aceite de Pescado.



DOS (2) DÍAS antes de sus procedimientos

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

UN (1) DÍA Antes de sus procedimientos – Al despertar

- No coma ningún alimento sólido durante todo el día. Beba solo líquidos claros y la preparación laxante.
- Prepare la solución laxante siguiendo estos pasos:
 1. Añada siete (7) medidas de polvo MiraLax a una (1) botella de 28 oz 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 oz 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 (Gas-X) 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 oz 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 sus procedimientos – Al despertar

- No coma ningún alimento solido durante todo el día. Beba solo líquidos claros y la preparación laxante.
- Cinco (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.
- Cuatro (4) horas antes de su procedimiento, tome dos (2) tabletas de Simethicone (Gas-X) con un vaso de agua. Después de esto no se le permite beber nada más.
- Tres (3) horas antes de su procedimiento, complete su preparación con el enema. Administre dos (2) enemas de solución salina (Fleets)
- Administre el primer enema. Inserte la punta prelubricada en su recto, apriete el contenido del enema en su recto y mantenga el líquido durante 15 minutos, luego siéntese en el inodoro y expulse el agua e intente tener una evacuación intestinal.
- Repita los mismos pasos para administrar el segundo enema.
- Dos (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 sus procedimientos. Entregue la tarjeta del dispositivo a su enfermera cuando se registre para su cita.

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.

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

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

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

Si tiene 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 té 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. Revise la lista de alimentos para dieta baja en fibra abajo.

¿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 MY Chart y seleccione Cuidado Digital para imprimir sus instrucciones, o llame a Duke GI al (919) 684-6437 para obtener ayuda.

Ejemplos de Líquidos Claros

Puede beber cualquiera de estos líquidos durante su preparación.

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)

Ejemplos de alimentos bajos en fibra	Inicie su dieta baja en fibra CINCO (5) días antes de sus procedimientos
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, 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, Albaricoques y melocotones pelados, Frutas enlatadas o cocidas sin semillas o cascara
Postres sin frutas	Flan simple, pudín, helado, sorbete o gelatina