

**GUÍA PARA PACIENTES**

**CON INDICACIÓN DE VIDEO COLONOSCOPIA**

 **PREPARACIÓN PARA COLONOSCOPÍA**

¿Por qué es importante prepararse bien?

Una buena preparación del colon es clave para que su médico pueda ver claramente el interior durante la colonoscopía. Esto permite identificar cualquier lesión o anomalía.

Si el colon no está bien limpio, es posible que el estudio no se pueda completar correctamente y deba repetirse, lo que retrasa el diagnóstico y aumenta los riesgos.

A continuación pasos para una buena preparación:

**TRES DÍAS ANTES DEL ESTUDIO:**

Empiece una dieta baja en fibra. Esto ayuda a limpiar el colon.

Evite comer:

* Frutas y verduras crudas
* Maíz (incluyendo enlatado)
* Granos enteros: avena, arroz integral, quinoa, pan integral
* Semillas (amapola, sésamo) y frutos secos

Puede comer:

* Pan blanco, arroz blanco, pasta
* Pollo, carne o pescado (sin grasa ni piel)
* Huevos
* Papas sin cáscara
* Lácteos suaves (yogur sin frutas ni nueces)

**DOS DÍAS ANTES DEL ESTUDIO:**

Siga la misma dieta baja en fibra.

Evite:

* Carnes rojas
* Alimentos procesados

**UN DÍA ANTES DEL ESTUDIO:**

Haga una dieta líquida clara durante todo el día.

Puede tomar:

* Caldos claros, sin grasa ni trozos
* Jugos claros colados (manzana, uva blanca)
* Bebidas deportivas (sin colores rojo, morado o naranja)
* Agua sin gas, agua de coco
* Té o café (sin leche o crema)
* Gelatina (sin colorantes rojos o morados)

No consuma:

* Comida sólida
* Lácteos ni cremas
* Jugos con pulpa o néctares
* Bebidas alcohólicas

**¡IMPORTANTE!**

* Beba 8 onzas (1 vaso) de agua cada hora.
* Si usa insulina o medicamentos para diabetes, tome su última dosis con la última comida sólida y no vuelva a tomarlos hasta después del estudio.
* Si toma aspirina (81 mg), diclofenaco, ibuprofeno o meloxicam, consulte a su médico. En general, deben suspenderse 2 a 3 días antes del estudio.

**LAXANTES Y CÓMO USARLOS**

Para limpiar el colon, su médico le indicará qué laxante debe usar. Algunos ejemplos son:

* Fastine
* Citrafleet
* Fisiolax
* Fosfosoda Oral

Tip: Puede mezclar el laxante con jugo natural o agua con gas para que tenga mejor sabor.

**Siga las instrucciones exactas que le dé su médico o el personal del centro. Hacer enfasis en estas instrucciones.**

**EL DÍA DEL ESTUDIO:**

* No tome nada por vía oral 4 a 5 horas antes del procedimiento (o desde las 3:00 a. m.)
* Preséntese en ayunas.
* Si toma medicamento para la presión, puede tomarlo a las 5:30 a. m. con un pequeño sorbo de agua.
* Asista acompañado.
* Use ropa cómoda, zapatos bajos, sin joyas y sin esmalte de uñas.

**DESPUÉS DE LA COLONOSCOPÍA:**

* No conduzca ese día.
* Repose al menos 3 horas en casa.
* Coma alimentos suaves como puré de papas o pechuga de pollo.
* Evite leche, granos o huevos por un tiempo.

**RECUERDE:**

Una buena preparación es clave para obtener los mejores resultados en su colonoscopía.

Si tiene preguntas, no dude en contactarnos:

(809) 741-0000

apoyocemdoe@cemdoe.com