

INSTRUCCIONES DE SIGMOIDOSCOPIA FLEXIBLE

Una sigmoidoscopia flexible (Flex Sig) es un procedimiento médico que se utiliza para examinar el recto y la parte inferior del colon (colon sigmoide) en busca de anomalías, como pólipos o signos de cáncer. Consiste en insertar un tubo delgado y flexible con una cámara (sigmoidoscopio) en el recto y hacerlo avanzar hasta el colon sigmoide.

Una buena preparación intestinal es esencial para un procedimiento preciso y exitoso. Estas instrucciones le ayudarán a maximizar la facilidad, la seguridad y el éxito de su preparación.

Uno semana antes del procedimiento

- Para aquellos con una válvula cardíaca artificial, marcapasos, un desfibrilador interno o aquellos que toman Coumadin, Warfarin o Plavix, consulte con su médico sobre las instrucciones específicas.
- Antes de su colonoscopia, deberá comprar los siguientes artículos:
 - 2 Fleet Enemas
 - Líquidos claros de elección:
 - Jugo de manzana, jugo de uva blanca (sin pulpa)
 - Caldo o caldo (sin fideos ni sólidos)
 - Limón-lima o refrescos claros (Sprite, 7Up)
 - Té, café o refresco de cola (sin crema ni leche)
 - Paletas heladas (ni rojas ni moradas)
 - Gelatina (ni roja ni morada)

Tres días antes del procedimiento

Comienza una dieta baja en fibra. Evite las semillas, los frutos secos, las frutas/verduras crudas, el queso y los cereales integrales.

PUEDES comer:

- Pan blanco, bagels simples, arroz blanco o pasta
- Verduras peladas y cocidas (sin maíz)
- Carnes magras: pollo, pavo, pescado
- Huevos, tofu
- Sopas de caldo claro
- Plátanos, puré de manzana, duraznos enlatados (sin piel)

Uno día antes de la colonoscopia

- Si usted es diabético, tome la mitad de su dosis regular de insulina el día antes y la mañana del procedimiento.
- Sostenga la medicación oral para la glucosa la mañana del procedimiento.

Dieta de líquidos claros SOLAMENTE: sin alimentos sólidos.

Líquidos claros permitidos:

- Agua
- Jugo de manzana, jugo de uva blanca (sin pulpa)
- Caldo o caldo (sin fideos ni sólidos)
- Limón-lima o refrescos claros (Sprite, 7Up)
- Té, café o refresco de cola (sin crema ni leche)
- Paletas heladas (ni rojas ni moradas)
- Gelatina (ni roja ni morada)
- Bebida de electrolitos de elección:

- Pedialyte
- Powerade (solo sabores de colores claros)
- Agua de coco (sin pulpa)
- Propulsión clara o agua vitamínica/Cero
- Gatorade / G2
- Bebida casera de electrolitos

Día del procedimiento

**** Nada por vía oral dentro de las 3 horas posteriores a su procedimiento o puede ser cancelado. ****

- Tome el primer enema cuando se despierte por la mañana.
- Tome el segundo enema antes de salir de su casa.
- Los medicamentos para el corazón, la presión arterial o las convulsiones se pueden tomar con pequeños sorbos de agua, hasta dos horas antes del procedimiento.
- Debe tener un adulto responsable que lo lleve y traiga del centro y le pedimos que tenga un adulto responsable en casa con usted después del procedimiento.

Preguntas frecuentes:

P: ¿Puedo beber alcohol en una dieta líquida?

R: No. El alcohol no está permitido como parte de la dieta líquida.

P: ¿Puedo beber proteínas claras en una dieta líquida?

R: No. Las bebidas proteicas claras pueden contener partículas o residuos que pueden interferir con el procedimiento.

P: ¿Cuáles son algunos alimentos ricos en fibra que debo evitar?

Las frutas y verduras crudas suelen tener un alto contenido de fibra, así como los frutos secos, las semillas, los panes integrales, los frijoles y las lentejas.

P: ¿Cuáles son algunas buenas opciones para los alimentos bajos en fibra?

Un:

Granos y almidones

- Pan blanco, bagels simples, arroz blanco simple, pasta simple o fideos (sin trigo integral), salado galletas saladas, crema de trigo o sémola (sin fibra añadida)

Proteínas

- Carnes tiernas y magras: pollo, pavo, cerdo, pescado (sin piel, sin freír), huevos (revueltos, hervidos, escalfados), tofu o frijoles bien cocidos

y sin piel, mantequillas suaves de nueces (en pequeñas cantidades)

Lechería

- Leche, yogur natural (sin fruta ni granola), queso (suave, no procesado con semillas ni especias)

Verduras (solo cocidas y peladas, sin semillas)

- Zanahorias, calabacines, patatas, judías verdes, espinacas

Frutas (sin cáscara ni semillas)

- Plátanos maduros, puré de manzana (natural), duraznos o peras enlatados (sin piel, envasados en jugo), melones

Bebestibles

- Agua, jugos claros (manzana, uva blanca), té, café (sin crema), refrescos, limonada (sin pulpa)