

# Instrucciones de preparación para la colonoscopia – SUPREP

Una colonoscopia es un examen del colon (intestino grueso) con un tubo flexible iluminado del tamaño de su dedo anular que transmite una imagen en color en vivo a una pantalla de televisión. Una buena preparación intestinal es esencial para un procedimiento preciso y exitoso. Estas instrucciones ayudarán a maximizar la facilidad, la seguridad y el éxito de su preparación.

Tenga en cuenta que debe tener un adulto responsable que lo acompañe a la cita. Le pedimos que también tenga un adulto responsable en casa con usted después del procedimiento. Tenga en cuenta que **no** se le permitirá conducir a casa solo o salir solo en un taxi, servicio de transporte del hotel o Uber.

Antes de su colonoscopia, deberá comprar los siguientes artículos:  
(Estos artículos se pueden encontrar en una farmacia o supermercado).

- **SUPREP preparación intestinal. Esto ha sido llamado a su farmacia. Por favor, recójalo a su conveniencia.**
- Líquidos claros de elección:
  - Jugo de manzana, jugo de uva blanca (sin pulpa)
  - Caldo o caldo (sin fideos ni sólidos)
  - Refrescos de lima-limón o transparentes (Sprite, 7Up)
  - Té, café o cola (sin crema ni leche)
  - Paletas heladas (sin rojo ni morado)
  - Gelatina (sin rojo ni morado)

## Preparación para la colonoscopia

### Tres días antes de la colonoscopia

Comience una dieta baja en fibra. Evite las semillas, las nueces, las frutas/verduras crudas, el queso y los granos 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)

### Un día antes de la colonoscopia

- 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)
- Refrescos de lima-limón o transparentes (Sprite, 7Up)
- Té, café o cola (sin crema ni leche)
- Paletas heladas (sin rojo ni morado)
- Gelatina (sin rojo ni morado)
- Bebida electrolítica de elección:
  - Pedialyte
  - Powerade (solo sabores de colores claros)
  - Agua de coco (sin pulpa)
  - Clear Propel o Vitamin Water/Zero
  - Gatorade / G2

## Noche antes de la colonoscopia

- 6:00 PM: beba la primera dosis de SUPREP mezclada con agua según las indicaciones.
- Debe beber dos recipientes más de agua de 16 onzas durante la próxima 1 hora
- Espere evacuaciones intestinales frecuentes y sueltas
- Manténgase hidratado con líquidos claros
- Se pueden tomar medicamentos (excepto anticoagulantes)

## Día de la colonoscopia

### **\*\* Nada por vía oral dentro de las 3 horas posteriores a su procedimiento o puede cancelarse. \*\***

- Cinco (5) horas antes de la colonoscopia, beba la segunda dosis de SUPREP mezclada con agua según las indicaciones,
- seguido de otros dos recipientes de agua de 16 onzas.
- Esto debe completarse 3 horas antes del examen, momento en el que no se debe ingerir nada más (tomar por vía oral).
- Planifique con anticipación terminando el SUPREP en casa, permitiendo las deposiciones y ajustando el tiempo de viaje.

**Nota:** Si su seguro requiere una autorización previa, tenga en cuenta que obtener esta autorización no garantiza el pago. Comuníquese con su seguro para obtener más información antes de su procedimiento.

## Preguntas frecuentes:

### **P: ¿Qué son las heces claras?**

R: Un defecado claro puede tener un ligero tinte amarillo o marrón. Será completamente transparente y no contendrá ninguna materia sólida. Al finalizar la preparación, si las heces permanecen marrones o sólidas, comuníquese con programación para recibir instrucciones.

### **P: No estoy defecando, ¿qué debo hacer?**

R: Las deposiciones pueden tardar entre 5 y 6 horas en comenzar después de comenzar la preparación. Tenga paciencia, continúe bebiendo líquidos y proceda con la segunda dosis de la preparación intestinal según las indicaciones. Si aún no ve resultados, deberá comunicarse con el consultorio de su médico después de las 7:00 a. m. para obtener más instrucciones.

### **P: La preparación me está dando náuseas, ¿qué debo hacer?**

R: Si desarrolla náuseas o vómitos, disminuya la velocidad a la que bebe la solución. Intente beber toda la solución laxante incluso si le lleva más tiempo. Si los vómitos persisten o no puede terminar la preparación, detenga la preparación y llame al consultorio de su médico para obtener más instrucciones.

### **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: ¿Por qué tengo que levantarme tan temprano para la segunda dosis, por qué no puedo tomarla toda la noche anterior?**

R: Una preparación dividida ha demostrado ser la más efectiva para una colonoscopia exitosa.

### **P: Si peso menos de 100 libras, ¿debo tomar toda la preparación?**

R: La cantidad de líquido no depende del peso. Es importante terminar la preparación para una colonoscopia exitosa.

### **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 nueces, semillas, panes integrales, frijoles y 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), galletas saladas, crema de trigo o sémola (sin fibra agregada)

**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 de nueces suaves (en pequeñas cantidades)

**Lechería**

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

**Verduras (solo cocidas y peladas - sin semillas)**

- Zanahorias, calabacines, patatas, judías verdes, espinacas

**Frutas (sin piel 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)