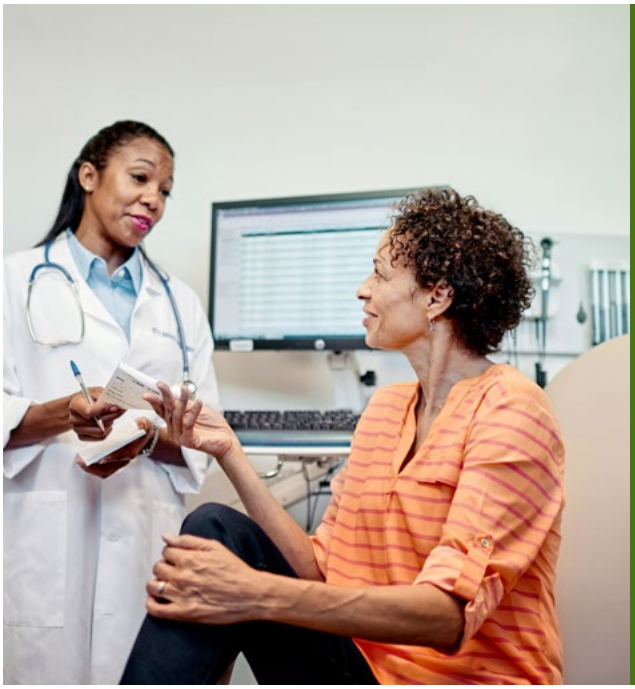


Instrucciones de preparación para la colonoscopia

Preparación de 2 días con Gavilyte

Usted tiene programada una cita para una colonoscopia. Con este procedimiento, el médico puede examinar el revestimiento interno del colon para detectar la presencia de cáncer o pólipos. La colonoscopia puede detectar un cáncer y salvar vidas. El paso más importante antes del procedimiento es vaciar el colon. Para ello, debe hacer una dieta de líquidos claros y, luego, tomar la solución de preparación intestinal como se describe a continuación. Si tiene diabetes, lea la Guía de medicamentos para la diabetes cuando se prepara para una colonoscopia.

Dieta de líquidos claros

- El colon debe estar completamente vacío y limpio para que los resultados que se obtengan de la colonoscopia sean los correctos.
- Un día antes del procedimiento y antes de tomar la solución para la preparación intestinal, el médico le indicará que siga una dieta de líquidos claros.
- Se considera que un líquido es claro si puede leer a través de él.

Use esta prueba sencilla para saber qué puede beber y qué no.

¿Alcanza a leer el periódico?



Esto es jugo de manzana. El jugo de manzana es claro porque es posible leer el periódico a través de él.

PUEDE BEBERLO



Esto es jugo de naranja. El jugo de naranja no es claro porque no es posible leer el periódico a través de él.

NO LO BEBA

KAISER PERMANENTE®

Estas bebidas
SÍ ESTÁN PERMITIDAS



Refrescos, ginger ale y agua carbonatada



Agua y agua mineral



Café negro (sin crema ni leche)



Bebidas deportivas claras



Jugo de manzana



Té

Estas bebidas
NO ESTÁN PERMITIDAS



NO

Malteadas



NO

Café con crema



NO

Jugo de piña



NO

Jugo de naranja



NO

Leche o bebidas lácteas

Otros ejemplos de alimentos y bebidas que SÍ ESTÁN PERMITIDOS

- Miel o azúcar
- Caldo de pollo, carne o verduras (que siga siendo claro)
- Gelatina amarilla o verde

Otros ejemplos de comidas y bebidas que NO ESTÁN PERMITIDAS

- Sopa
- Jugo de toronja
- Jugo de tomate

*** Es importante que mientras esté haciendo una dieta de líquidos claros no beba ni coma nada que sea de color rojo, anaranjado o morado.**

Instrucciones de preparación para la colonoscopia con GAVILYTE/COLYTE

Estos alimentos SÍ ESTÁN PERMITIDOS



Caldo claro



Miel



Paleta



Gelatina

Estos alimentos NO ESTÁN PERMITIDOS



NO

Pan, granos, arroz o cereales



NO

Sopa con trocitos de alimentos sólidos



NO

Carne



NO

Productos lácteos



NO

Verdura



NO

Fruita

QUÉ DEBE HACER ANTES DE SU COLONOSCOPIA

Deberá comprar:

- Solución laxante Gavilyte/Colyte.
- Bisacodilo (Dulcolax®) de 5 mg.
- Gas-X® (simeticona) en comprimidos masticables.
- Laxante en polvo MiraLAX (solo si tiene antecedentes de estreñimiento).
- Productos para una dieta de líquidos claros según se describió anteriormente

CUÁNDO	QUÉ DEBE HACER	MÁS INFORMACIÓN
Al menos 14 días antes del procedimiento	• **Pida los siguientes medicamentos por correo:** * SUTAB; * bisacodilo (Dulcolax): dos (2) pastillas de 5 mg; * Gas-X® (simeticona): seis (6) comprimidos masticables. • Asegúrese de haber comprado también los productos que necesite para hacer la dieta de líquidos claros, según se describe en estas instrucciones.	**Opciones para hacer el pedido por correo*:** 1. Llame al **(800) 733-6345** y haga su pedido, o 2. Inicie sesión en **kp.org/pharmacy** (en inglés) y siga estos pasos: • Desplácese hacia abajo, a la sección "Ready for Fill" (Listo para surtir). • Agregue los tres medicamentos al pedido. • Vaya al carrito de compras para finalizar el pedido ***Tardará solo entre tres y cinco días hábiles en recibir el pedido.**
Al menos 7 días antes del procedimiento	• Revise los detalles de estas instrucciones y recomendaciones. • Revise qué medicamentos podría tener que suspender, sobre todo si toma algún anticoagulante, como Cumadina, Plavix, Lovenox o Pradaxa. • Si tiene antecedentes de estreñimiento, empiece a tomar MiraLAX todos los días, durante siete días antes de la colonoscopia. Para empezar, tome una tapa llena de MiraLAX por día. Puede aumentar la dosis a dos tapas llenas o más por día si es necesario o si tiene antecedentes de estreñimiento grave.	• La persona que le lleve y acompañe a la cita debe permanecer en el edificio durante todo el procedimiento. • Si está tomando Cumadina, consulte con la clínica de anticoagulación.
3 días antes del procedimiento		
Todo el día	• NO consuma alimentos con alto contenido de fibra.	• **Consulte la dieta baja en fibra de preparación para la colonoscopia en la página 7.**
2 días antes del procedimiento		
Todo el día	• Comience una dieta de líquidos claros; consulte la lista de bebidas claras permitidas.	• Evite las bebidas de color morado, rojo o anaranjado. Evite los batidos de fruta, las malteadas y la leche.

CUÁNDO	QUÉ DEBE HACER	MÁS INFORMACIÓN
1 día antes del procedimiento		
Todo el día	• Comience a beber SOLO líquidos claros.	• NO coma ningún alimento sólido. • NO tome bebidas alcohólicas.
Al mediodía	• Tome dos pastillas de Dulcolax® (bisacodilo) de 5 mg con al menos un vaso lleno (8 oz [250 ml]) de una bebida clara.	• El Dulcolax® generalmente hace efecto dentro de las ocho horas. No se preocupe si el Dulcolax no le hace efecto antes de que empiece a beber la solución de preparación.
5 p.m.	• Mezcle Gavilyte/Colyte con un galón (unos 4 litros) de agua hasta que se disuelva. Guarde la preparación en el refrigerador.	• Considere agregar un saborizante en polvo (Gatorade, Crystal Light, limonada) para mejorar el sabor. Evite que sea de color rojo, anaranjado o morado.
6 p.m.	• Comience a beber la solución de Gavilyte/Colyte. • Tome 8 onzas cada 15 minutos hasta consumir ⅔ (dos tercios) de la botella.	• Si siente hinchazón, aumente de 5 a 10 minutos el intervalo entre un vaso y otro. • Guarde el resto de la solución (1/3) para el día siguiente.
9 p.m.	• Mastique 2 comprimidos de Gas-X® (simeticona).	
10 p.m.	• Mastique otros 2 comprimidos de Gas-X® (simeticona).	
A la hora de dormir	• Siga tomando solo bebidas claras hasta antes de irse a dormir.	• Es posible que necesite ir al baño por la noche.
El día del procedimiento		
Por la mañana	• Mastique otros dos comprimidos de Gas-X® (simeticona). • Termine de beber TODO el Gavilyte/Colyte restante (⅓ de la solución, es decir, seis vasos de 8 oz [250 ml]). Debería tardar entre una y dos horas en beber esto.	• **Debe beber toda la solución de preparación y dejar de consumir todo tipo de líquidos al menos tres horas antes del horario de llegada.** • Puede tomar los medicamentos permitidos el día del procedimiento con pequeños sorbos de agua.

¿Cómo puede saber si la preparación funciona?

Observe estos ejemplos de colores de heces. Las heces tienen que ser de color claro.

- Después de haber tomado toda la preparación, sus evacuaciones deben ser totalmente líquidas, de color amarillo y claro, como se muestra en las imágenes 4 o 5.
- Sin embargo, si sus evacuaciones son sólidas o similares a las de las imágenes 1, 2 o 3, probablemente aún no esté preparado y tendrá que cancelar el procedimiento.

				
1 Oscuras y turbias. **NO ADECUADA**	**2** Marrones y turbias. **NO ADECUADA**	**3** Anaranjado oscuro y semiclaras. **NO ADECUADA**	**4** Anaranjado claro y mayormente claras. **CASI LISTO**	**5** De color amarillo y claras, como la orina. **Termine de tomar TODA la solución para la preparación y ESTARÁ LISTO.**

Más información

Si quiere hacer preguntas o cancelar su cita, llame al número de teléfono que aparece debajo del centro donde se hará el procedimiento. Si llama después del horario normal, comuníquese con la línea de consejos de enfermería.

Después del horario normal

- Línea de consejos de enfermería
  (703) 359-7878

Centros donde se hace el procedimiento

Caton Hill Medical Center
13285 Minnieville Road
Woodbridge, VA 2219
(703) 237-4084

Falls Church Medical Center
201 North Washington Street
planta baja
Falls Church, VA 22046
(703) 237-4084

Shady Grove Medical Center
1396 Piccard Drive
2.° piso
Rockville, MD 20850
(301) 548-5752

Capitol Hill Medical Center
700 2nd Street NE
6.° piso, Suite 605
Washington DC 20002
(202) 346-3592

Largo Medical Center
1221 Mercantile Lane
2.° piso, Suite 202
Upper Marlboro, MD 20774
(301) 618-5609

South Baltimore Medical Center
1701 Twin Springs Road
2.° piso
Halethorpe MD 21227
(410) 737-5381

Timonium Medical Center
2391 Greenspring Drive
Lutherville-Timonium, MD 21093
(410) 847-6355

Dieta baja en fibra de preparación para la colonoscopia

Tres días antes de la colonoscopia, coma solamente los alimentos bajos en fibra que se indican a continuación. Dos días antes, siga comiendo solo alimentos bajos en fibra.

Consulte el cuadro de bebidas claras que puede tomar el día antes y el día de la colonoscopia.

TIPO DE ALIMENTO O BEBIDA	SÍ, PUEDE consumirlos	NO, EVÍTELOS
Leche y productos lácteos 	**PUEDE consumir:** • leche; • crema; • chocolate caliente; • suero de leche; • queso, incluido requesón; • yogur; • crema agria.	**NO mezcle yogur con lo siguiente:** • nueces, semillas, granola; • frutas con piel o semillas (como las bayas).
Panes y granos 	**PUEDE consumir:** • panes y granos elaborados con harina blanca refinada (por ejemplo, bolillos, panecillos tipo muffin, bagels, pasta); • arroz blanco; • galletas saladas, como Saltines; • cereales bajos en fibras (por ejemplo, arroz inflado, crema de trigo, hojuelas de maíz).	**NO consuma granos enteros ni altos en fibra:** • arroz integral o salvaje; • panes, bolillos, pasta o galletas integrales; • cereales integrales o altos en fibra (por ejemplo, granola, salvado con pasas, avena); • panes o cereal con nueces o semillas.
Carne 	**PUEDE consumir:** • pollo; • pavo; • cordero; • carne de cerdo magra; • ternera; • pescados y mariscos; • huevos; • tofu.	**NO coma carnes duras con cartílago.**
Legumbres 	**No puede comer ninguna.**	**NO puede consumir:** • chícharos secos (de ningún tipo); • porotos secos (entre ellos, frijoles, pinto, garbanzos); • lentejas; • ninguna otra legumbre.

TIPO DE ALIMENTO O BEBIDA	SÍ, PUEDE consumirlos	NO, EVÍTELOS
Frutas 	**PUEDE consumir:** • jugo de frutas sin pulpa; • puré de manzana; • melón cantalupo y rocío de miel maduros; • chabacanos y duraznos, maduros, sin piel; • frutas enlatadas o cocidas sin semillas ni piel.	**NO COMA semillas, piel, membranas ni frutas secas:** • frutas crudas con semillas, piel o membranas (como bayas, piñas, manzanas, naranjas, sandías); • ninguna fruta cocida o enlatada con semillas o piel; • uvas pasas ni otras frutas secas.
Vegetales 	**PUEDE consumir algunos si están cocidos o enlatados:** • vegetales cocidos o enlatados pelados (como, zanahorias, hongos, nabos, puntas de espárragos, todos sin piel); • papas sin piel; • pepinos sin semillas ni cáscara.	**NO COMA vegetales crudos, piel, semillas, cáscara ni algunos otros vegetales:** • maíz; • papas con piel; • tomates; • pepinos con semillas y cáscara; • repollo o repollitos de Bruselas cocidos; • chícharos (arvejas); • calabaza de verano y de invierno; • habas.
Nueces, mantequilla de nueces, semillas 	**PUEDE consumir:** • mantequilla cremosa (suave) de cacahuate o de almendra.	**NO COMA nueces ni semillas:** • nueces, como cacahuates, almendras, nueces de nogal; • mantequilla de nueces con trocitos de la nuez; • semillas, por ejemplo de hinojo, sésamo, calabaza o girasol.
Grasas y aceites 	**PUEDE consumir:** • mantequilla; • margarina; • aceites (vegetales y de otro tipo); • mayonesa; • aderezos para ensaladas sin semillas ni nueces.	**NO USE aderezos para ensaladas con semillas o nueces.**

TIPO DE ALIMENTO O BEBIDA	SÍ, PUEDE consumirlos	NO, EVÍTELOS
Sopas 	**PUEDE consumir:** • caldo, consomé, sopas claras, sopas coladas; • sopas coladas con base de leche o crema.	**NO puede consumir:** • sopas sin colar; • chili; • sopa de lentejas; • sopa de frijoles secos; • sopa de maíz; • sopa de chícharos.
Postres 	**PUEDE consumir:** • natilla; • pudín; • helado; • sorbete; • jaleas o gelatinas sin fruta añadida ni colorante rojo o morado; • galletas dulces o pasteles hechos con harina blanca, sin semillas, frutas secas ni nueces.	**NO puede consumir:** • coco; • nada con semillas o nueces; • nada con colorante rojo ni morado; • galletas dulces o pasteles hechos con harina integral, semillas, frutas secas o nueces.
Bebidas 	**PUEDE consumir:** • café; • té; • chocolate o cacao caliente; • bebidas frutales claras (sin pulpa); • refrescos y otras bebidas carbonatadas; • Ensure, Boost o Enlive sin fibra añadida.	**NO puede consumir:** • jugo de frutas o vegetales con pulpa; • bebidas con colorante rojo o morado.
Otros productos 	**PUEDE consumir:** • azúcar; • sal; • jaleas; • miel; • jarabe; • jugo de limón.	**NO puede consumir:** • coco; • palomitas de maíz; • mermelada; • mermelada de frutos cítricos; • salsas; • encurtidos; • aceitunas; • mostaza molida.

Guía de medicamentos para la diabetes (insulina/comprimidos) cuando se prepara para una colonoscopia

Revise sus niveles de azúcar en la sangre con frecuencia (al menos, cada tres horas). Dado que estará en ayunas, es posible que su nivel baje más rápido de lo normal. Si tiene síntomas de nivel bajo, tome azúcar o comprimidos de glucosa y llame a la línea de consejos de enfermería, al **(703) 359-7878.**

Si tiene diabetes tipo 1 o tiene diabetes y usa bombas de insulina – DETÉNGASE. Comuníquese con su endocrinólogo para que le dé instrucciones. Si tiene diabetes tipo 2, siga la guía de medicamentos para la diabetes a continuación cuando se prepare para la colonoscopia.

SI TOMA:	POR LA MAÑANA	A LA HORA DEL ALMUERZO O CENA	ANTES DE DORMIR
2 DÍAS ANTES DE LA COLONOSCOPIA			
Medicamentos orales para la diabetes	• Forxiga, Jardiance, Steglatro, Xigduo, Jardiamet, Glyxambi, Qtern 5, Qtern 10, Segluromet, or Steglujan: **deje de tomar estos medicamentos 2 días antes de la colonoscopia.**	• Forxiga, Jardiance, Steglatro, Xigduo, Jardiamet, Glyxambi, Qtern 5, Qtern 10, Segluromet, or Steglujan: **deje de tomar estos medicamentos 2 días antes de la colonoscopia.**	
EL DÍA ANTES DE LA COLONOSCOPIA			
Medicamentos orales para la diabetes	• Actos, Actoplus Met, Avandia, Avandamet, Byetta, Farxiga, Metformin (Glucophage), Invokana,Januvia, Janumet, Nesina, Onglyza, Tradjenta: tome su dosis habitual. • Glipizide, Prandin: tome la mitad de su dosis habitual.	• Actos, Actoplus Met, Avandia, Avandamet, Byetta, Farxiga, Metformin (Glucophage), Invokana,Januvia, Janumet, Nesina, Onglyza, Tradjenta: tome su dosis habitual. • Glipizide, Prandin: tome la mitad de su dosis habitual.	
Insulina de acción prolongada: Lantus, Levemir, Toujeo, Tresiba	• Tome la mitad de su dosis habitual.		• Tome la mitad de su dosis habitual.
Insulina de acción intermedia: NPH, Humulin N, Novolin N			
Insulina de acción rápida: Humalog, Novolog, Regular, Novolin R		• Tome la mitad de su dosis habitual.	
Insulina premezclada: Humulin 70/30, Novolin 70/30, Novolog 70/30, Humulin 50/50, Humalog 75/25			
EL DÍA DE LA COLONOSCOPIA			
Todos los medicamentos orales para la diabetes	• NO TOME LA DOSIS	• Después del procedimiento, coma y tome su dosis habitual.	
Insulina de acción prolongada: Lantus, Levemir, Toujeo, Tresiba	• Si el nivel de azúcar en la sangre es superior a 100: tome la mitad de su dosis habitual. • Si el nivel de azúcar en la sangre es inferior a 100: NO TOME LA DOSIS		• Después del procedimiento, coma y tome su dosis habitual.
Insulina de acción intermedia: NPH, Humulin N, Novolin N			
Insulina de acción rápida: Humalog, Novolog, Regular, Novolin R	• NO TOME LA DOSIS	• After the procedure, eat and take your usual dose.	
Insulina premezclada: Humulin 70/30, Novolin 70/30, Novolog 70/30, Humulin 50/50, Humalog 75/25	• Si el nivel de azúcar en la sangre es superior a 100: tome la mitad de su dosis habitual. • Si el nivel de azúcar en la sangre es inferior a 100: NO TOME LA DOSIS		

HEALTH ENGAGEMENT
0044-1247SP 9/22 © 2022 Mid-Atlantic Permanente Medical Group, P.C. 2101 E. Jefferson St., Rockville, MD 20852

KAISER PERMANENTE®