

El objetivo de una colonoscopia es mirar dentro del intestino grueso (colon) para buscar posibles pólipos, cánceres y otras afecciones. Estas instrucciones son para la preparación con nuestra preparación de Miralax (genérico: Clear Lax), que le enviará *UNC Shared Services Pharmacy*. **Si no lo ha recibido hasta una semana antes del procedimiento, llame a nuestra línea de enfermería al (984) 974-5052. Planifique llegar UNA HORA antes de la hora del procedimiento.**

Una buena preparación incluye:

Un conductor

Es probable que le administren medicamentos de sedación durante el procedimiento. Para su seguridad, solicitamos que alguien (mayor de 18 años de edad) lo lleve a casa. **Si no tiene un conductor que lo acompañe, se reprogramará su procedimiento.**

Tenemos tres ubicaciones. Debe haber recibido un papel de cita con la fecha, hora y ubicación de su cita médica. Consulte los mensajes en MyChart o envíenos un mensaje a 984-974-5050, para ver dónde es su cita. Para configurar MyChart, llame al 888-996-2767.

- **GI Procedures Memorial Hospital (Sótano)**

UNC Medical Center, 101 Manning Drive, Chapel Hill NC 27514

(El estacionamiento está en el estacionamiento Dogwood cruzando la calle. Hay servicio de valet frente al hospital.)

- **GI Procedures Hillsborough Campus (2º piso)**

UNC Hillsborough Campus, 460 Waterstone Drive, Hillsborough, NC 27278

- **GI Endoscopy Center Meadowmont (3º piso)**

UNC GI Endoscopy Center, 300 Meadowmont Village Circle, Suite 302, Chapel Hill, NC 27517

Cambios en la dieta y preparación de los intestinos

Este procedimiento requiere de cambios en la dieta que se comienzan tres días antes de su procedimiento. Le enviaremos una solución de preparación que deberá comenzar un día antes del procedimiento. Toda esta preparación ayudará a que el médico pueda ver el colon. **Un colon que no esté bien preparado puede hacer que tengamos que reprogramar su procedimiento.** Hemos incluido un calendario («**Su calendario de preparación**», páginas 3-5) para ayudarle con la planificación de los cambios en su dieta y con la preparación de los intestinos.

Revisión de medicamentos

Es posible que tenga que tomar medicamentos de forma diferente a lo habitual. Consulte la página 2.

Citas

Para cancelar su procedimiento, envíe un mensaje de texto a (984) 974-5050. Para reprogramar su cita, llame al (984) 974-5050, y elija la Opción 1. Cuando le vuelvan a pedir otra opción, elija la Opción 2.

Personal de enfermería.

Para hacer preguntas sobre los medicamentos, llame a nuestra enfermera al (984) 974-5052. Las líneas telefónicas están abiertas de lunes a viernes de 8 a. m. a 4 p. m. Si fuese necesario, deje un mensaje y la enfermera lo llamará tan pronto como sea posible. Si es **después del horario de atención o el fin de semana** y usted tiene una **duda urgente**, llame a la operadora de UNC (984) 974-1000 y pida hablar con el «médico especialista en formación de gastroenterología de guardia». Si es una emergencia, llame al 911.

# Instrucciones para colonoscopia, MIRALAX

## Sus medicamentos



Es posible que deba ajustar sus medicamentos. Consulte la tabla de abajo como guía. Llámenos si tiene preguntas o dudas sobre los medicamentos, (984) 974-5052.

| Categorías de medicamentos  | Día previo a la colonoscopia  | Día del procedimiento                    |
|---|---|--|
| Aspirina (81 mg o 325 mg)   | Tomar de manera normal*   | Tomar de manera normal*                  |
| Medicamentos analgésicos de venta sin receta (p. ej., Ibuprofeno, Aleve, Motrin, Tylenol)   | Tomar de manera normal  | Tomar de manera normal                   |
| Levotiroxina (marca: Synthroid)   | Tomar de manera normal  | Tomar de manera normal                   |
| Todos los suplementos dietéticos (p. ej., fibra, pescado, aceite, hierro, vitamina E, o cualquier cosa con hierro)  | NO tomar  | NO tomar hasta después del procedimiento |
| Todos los medicamentos de larga duración para la diabetes (p. ej., Lantus, Basaglar, Levemir, Tresiba)  | Tomar ½ de la dosis regular   | NO tomar hasta después del procedimiento |
| Todos los medicamentos de corta duración para la diabetes (p. ej., Humulin, Humalog, Novolin, Novolog, Metformin, Glipizide)  | Tomar de manera normal  | NO tomar hasta después del procedimiento |
| Diuréticos (píldoras contra la retención de líquidos) (p. ej., Lasix, Hydrochlorothiazide, Aldactone, Spironolactone)   | Tomar de manera normal  | NO tomar hasta después del procedimiento |
| Estos medicamentos específicos contra la presión sanguínea:<br>Lisinopril, Enalapril, Quinapril, Fosinopril, Captopril, Benazepril;<br>Losartan, Valsartan, Azilsartan, Olmesartan, Candesartan,<br>Eprosartan, Irbesartan, Telmisartan | Tomar de manera normal  | NO tomar hasta después del procedimiento |
| Otros medicamentos para la presión sanguínea (p. ej., Metoprolol, Amlodipine, Carvedilol)   | Tomar de manera normal  | Tomar de manera normal                   |
| Estatinas (p. ej., Atorvastatin, Pravastatin, Simvastatin)  | Tomar de manera normal  | Tomar de manera normal                   |
| Medicamentos contra convulsiones  | Tomar de manera normal  | Tomar de manera normal                   |
| Medicamentos contra la ansiedad, antidepresivos y antipsicóticos  | Tomar de manera normal  | Tomar de manera normal                   |
| <b>Anticoagulantes (p. ej., Coumadin, Eliquis, Plavix, Xarelto, Brilinta, Effient, Pradaxa)</b>   | Si está tomando un anticoagulante, nuestra enfermera ya se debe haber comunicado con usted. Llámenos si tiene preguntas (984-974-5052). |  |

\*Tome las aspirinas como lo hace habitualmente a menos que su médico le haya indicado otra cosa.

**Cuatro días antes de su procedimiento** (Fecha: \_\_\_\_\_)

- Asegúrese de tener lo siguiente, que debe haber recibido de *UNC Shared Services Pharmacy* junto con estas instrucciones.
  - Una botella de 4.1 onza de Miralax en polvo o equivalente genérico (Clear Lax)
  - Una botella de 8.3 onzas de Miralax en polvo o equivalente genérico (Clear Lax)
  - Dos tabletas de 5 mg de Bisacodyl (laxante) y
  - Cuatro tabletas de 125 mg de Simethicone (contra los gases)
- Además, deberá comprar TRES botellas de 32 onzas de Gatorade o Powerade. (Si tiene diabetes, compre Pedialyte, Powerade Zero o Gatorade Zero). \* NO compre las variedades de color rojo, azul o púrpura. Puede comprar: naranja, lima limón y Gatorade Glacier Cherry (color blanco).
- Confirme su conductor (consulte la página 1)

**Tres días antes de su procedimiento** (Fecha: \_\_\_\_\_)

- Comience la **DIETA CON BAJO CONTENIDO EN FIBRA**. Revise las opciones de la **DIETA CON BAJO CONTENIDO EN FIBRA** en la página 6.
- Suspenda todos los **suplementos con fibra** tales como Metamucil o Citrucel.

**2 días antes de su procedimiento** (Fecha: \_\_\_\_\_)

- Continúe con la **DIETA CON BAJO CONTENIDO EN FIBRA** (consulte la página 5).
- Revise los medicamentos (consulte la página 2).

**6:00 p. m.**

- A las 6 p. m., tome 10 mg de Bisacodyl (dos tabletas de 5 mg) con un vaso lleno de agua.

Continúa en la siguiente página

## Instrucciones para colonoscopia, MIRALAX Su calendario de preparación, parte 2

1 día antes de su procedimiento (Fecha: \_\_\_\_\_)

- No coma ningún alimento sólido durante el día.** \*\* Independientemente de la hora de su procedimiento, no puede comer en todo el día, o el procedimiento no podrá completarse. \*\*

**8:00 a. m.**

- Refrigere las botellas de Gatorade (o Gatorade Zero o equivalente)
- Cambie a una **DIETA LÍQUIDA**.

| <b>Qué puedo comer/beber en una <i>Dieta líquida</i></b>   | <b>Qué debo EVITAR</b>  |
|--|---|
| Gelatina/Jell-O, pero <i>no</i> las de color rojo, azul o púrpura.   | <b>NADA DE ALIMENTOS SÓLIDOS</b>  |
| Leche descremada, pudding con bajo contenido graso de vainilla, yogur descremado, (regular o de sabor de vainilla,   |   |
| Caldo descremado, transparente (cuele toda la pulpa y grasa, sin frijoles y sin verduras)  | NO beba nada que contenga partículas, aceite o grasa. Cuele primero.  |
| Líquidos transparentes (nada de color rojo, azul o púrpura): agua, bebidas deportivas, gaseosas (Coca o Pepsi están bien), jugos transparentes sin pulpa, café y té (con azúcar está bien), hielo italiano | Ninguna bebida roja, azul, púrpura o de colores oscuros (p. ej. bebidas deportivas,<br><br>Nada de jugo de piña o de naranja, ni tampoco jugo con pulpa |

**5:00 p. m.**

- Tome DOS tabletas de Simethicone (125 mg cada una).
- Mezcle la botella de 8.3 de Miralax (nombre genérico: Clear Lax) con las 64 onzas de su Gatorade. Su Miralax es un polvo. Debería mezclarse fácilmente en un contenedor vacío de un galón.
- Beba un vaso de 8 onzas cada 15-20 minutos hasta que haya finalizado las 64 onzas. Si funciona bien, comenzará a tener movimientos intestinales a las 4 horas.

| <b>Efectos secundarios normales de la preparación</b>   |  | <b>Efectos secundarios anormales de la preparación</b>  |  |
|---|--|---|--|
| <i>Normal</i>   | <i>Qué debe hacer</i>  | <i>Anormal</i>  | <i>Qué debe hacer</i>  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Diarrea</li> <li>• Hinchazón</li> <li>• Escalofríos</li> <li>• Calambres</li> <li>• Náuseas</li> <li>• Vómitos</li> <li>• Dolor de cabeza</li> <li>• Irritación en la zona rectal</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beber lentamente</li> <li>• Tomarse descansos</li> <li>• Beber la mezcla fría</li> <li>• Beber con un popote/sorbete</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comezón o sarpullido en la piel</li> <li>• Ningún movimiento intestinal después de 4 horas de finalizada su preparación de la noche</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Deje de tomar Miralax</li> <li>• Después de las 4 p. m., llame a UNC al 984974-1000. La operadora se comunicará con el «residente de gastroenterología de guardia».</li> <li>En caso de emergencias, llame al 911.</li> </ul> |

Continúa en la siguiente página

El día de su procedimiento (Fecha: \_\_\_\_\_)

#### CUATRO (4) horas antes de la hora de su procedimiento

- Cuando se despierte, **DEJE LA DIETA LÍQUIDA**. Solo puede ingerir: la solución Miralax/Gatorade, agua, café o té sin leche (con o sin azúcar).
- Tome cualquier medicamento aprobado (consulte la página 2) como mínimo 2 horas antes de la hora del procedimiento.
- Tome el resto de las dos tabletas de Simethicone (125 mg cada una).
- Mezcle la botella de 4.1 onzas de Miralax con el resto de las 32 onzas del Gatorade. Beba un vaso de 8 onzas cada 15-20 minutos. Debe **finalizar la solución de la preparación dos horas antes de la hora del procedimiento**, o dos horas antes de que se suba al auto para conducir hasta aquí (si vive a una larga distancia desde aquí).

#### DOS (2) horas antes de la hora de su procedimiento

- Recuerde, **NO coma o beba NADA durante las dos horas antes de llegar para el procedimiento** (ya debe haber terminado con el Miralax).*
- 

#### Recordatorios para el día del procedimiento

- Planifique **llegar** una hora antes de la hora del procedimiento. Asegúrese de venir acompañado de un conductor adulto (mayor de 18 años) que lo lleve a casa. Debe planificar que pasará hasta 4 horas en nuestra unidad de procedimientos.
- Revise sus medicamentos (consulte la página 2) y lleve una lista de estos el día de su procedimiento.
- Si tiene una ostomía, traiga un set nuevo de materiales en caso de que necesite cambiar su ostomía.
- Después del procedimiento, nuestro equipo revisará los resultados de su procedimiento, lo observará y llamará a su conductor cuando esté listo para el alta.
- El conductor debe quedarse cerca todo el tiempo (a 20 minutos del lugar donde se realice el procedimiento), y acompañarlo después del procedimiento.

| <b>DIETA CON BAJO CONTENIDO EN FIBRA</b>             |   |   |
|--|---|---|
| <b>Qué debo comer y beber</b>                        |   | <b>Qué debo EVITAR</b>  |
| <b>Frutas</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Puré de manzana</li> <li>- Fruta en lata o cocinada sin la piel y sin semillas o cáscara (solo duraznos, peras, albaricoque, manzanas)</li> <li>- Bananas maduras</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Todas las semillas de las frutas</li> <li>- Todas las bayas y todos los melones</li> <li>- Fruta mezclada, partes de los pomelos, naranjas, piña en lata</li> <li>- Fruta cruda (las bananas maduras están bien)</li> <li>- aguacate, coco, tomate</li> </ul>  |
| <b>Verduras</b>                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Verduras tiernas y bien cocinadas</b>, frescas, en latas y congeladas, tales como: zanahorias peladas, habichuelas, remolacha, espinaca, brócoli, coliflor</li> <li>- jugo de verduras coladas</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Verduras con <b>semillas</b></li> <li>- Verduras <b>fibrosas</b> cocinadas, tales como: alcachofas, espárragos, habas, repollo, brotes de Bruselas, apio, maíz, pepino, berenjena, hongos, cebolla, frijoles, chucrut, zapallo, tomate, calabacín</li> <li>- TODAS las verduras crudas, tales como: lechuga, cebolla, apio, pepino, hongos, cebollinos, aguacate</li> </ul>  |
| <b>Carnes o proteínas</b>                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pescado y carne tierna y cocinada, tales como: aves, carne de vaca, cordero, cerdo, ternera, pescado, vísceras</li> <li>- Queso, huevo, tofu, atún</li> <li>- Mantequilla de maní cremosa</li> <li>- Otras mantequillas suaves, tales como: mantequilla suave de almendras, mantequilla suave de castañas</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Frijoles, arvejas, lentejas o frutos secos</li> <li>- Mantequilla de maní crocante, mantequilla de frutos secos estilo crocante</li> <li>- Sustitutos de la carne que tengan granos enteros, frutos secos o semillas</li> <li>- Carne dura o con cartílagos</li> <li>- Jamón, perros calientes, salame, fiambre</li> </ul>   |
| <b>lácteos y sustitutos de los productos lácteos</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Leche de vaca, crema, mitad y mitad</li> <li>- Helado</li> <li>- Yogur</li> <li>- Queso</li> <li>- Leche de avena, de soja, de almendras</li> <li>- Leche de coco, crema de coco</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cualquier helado o queso con semillas o frutos secos</li> <li>- Yogur con fruta</li> </ul>   |
| <b>Bebidas</b>                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Café, te</li> <li>- Agua en botella, agua del grifo, bebidas carbonatadas</li> <li>- Jugo de manzana, jugo exprimido, ponche de frutas (sin pulpa)</li> <li>- Kool-Aid o Hi-C (no de color rojo, azul o púrpura)</li> <li>- Hielo italiano, bebidas deportivas, gaseosas (no de color rojo, azul o púrpura, Coca o Pepsi está bien).</li> <li>- Suplementos nutricionales sin fibra agregada, tales como: Boost, Ensure (chocolate, fresas o vainilla están bien)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Toda bebida que tenga pulpa o semillas, tales como: jugo de naranja o jugo de pomelo</li> <li>- Jugo de ciruela</li> <li>- Suplementos nutricionales que tengan fibra</li> </ul>   |
| <b>Granos, patatas, arroz, almidones</b>             | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Panes refinados, bollos, bagels, muffin inglés, pan de pita, galletas, muffins, galletas de agua, panqueques, waffles, pasteles, galletas Graham</li> <li>- Cereales refinados, cocinados o fríos, tales como: maíz pelado, harina, crema de trigo o arroz, Cheerios, cereales Chex de maíz/arroz, Corn Flakes, Rice Krispies, Special K</li> <li>- Arroz blanco</li> <li>- Pasta refinada</li> <li>- Papa sin piel</li> <li>- Camote sin piel</li> </ul>                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Toda pasta, galleta, cereal, pan hecho con semillas, frutos secos, coco, fruta cruda o fruta seca</li> <li>- Panes de granos enteros o multicereales</li> <li>- Cereales enteros o multicereales</li> <li>- Pasta de granos enteros o multicereales</li> <li>- Pan de maíz, salvado, granola, avena</li> <li>- Cebada, arroz integral, arroz salvaje</li> <li>- Germen de trigo, brotes de trigo</li> <li>- Quínoa</li> <li>- Cáscara de camote</li> </ul> |

## Información especial sobre COVID-19

Al prepararse para su colonoscopia en UNC Health, lea atentamente la siguiente información relacionada con COVID-19.

### Síntomas

Si desarrolla síntomas de COVID-19 (o si ha tenido contacto estrecho con una persona con prueba positiva de COVID-19) durante las 3 semanas antes de la fecha del procedimiento, llame a nuestra línea de enfermería al (984) 974-5052. Las líneas telefónicas están abiertas de lunes a viernes de 8 a. m. a 4 p. m. Le ayudaremos a determinar si necesita volver a programar su procedimiento o si necesita hacerse una prueba de COVID-19.

Los síntomas incluyen:

- Tos
- Dificultad para respirar
- Pérdida de sabor u olfato
- Dolor de garganta
- Fiebre o sensación de estar calenturiento
- Escalofríos
- Dolor muscular
- Vómitos
- Diarrea

### Exposición a una persona con COVID-19

Si ha tenido un contacto estrecho con una persona con Covid-19 confirmado durante los 21 días anteriores a la fecha de su procedimiento, llámenos o envíenos un mensaje de texto al 984-974-5050. Le ayudaremos a determinar si necesita volver a programar su procedimiento o si necesita hacerse una prueba de COVID-19.