



QUÉ DEBE HACER ANTES DE UNA COLONOSCOPIA

SUPREP
INSTRUCCIONES
PASO a PASO

Deberá comprar o recoger:

- El laxante **SUPREP** en su farmacia.
- Los artículos necesarios para la dieta líquida como se le indicó.

CUÁNDO	QUÉ DEBE HACER	DETALLES
Al menos 7 días antes del procedimiento	<ul style="list-style-type: none"> • Mire el video educativo <i>online</i> Clase de Colonoscopia (<i>opcional</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> • Ingrese a lluh.org/giprep • Haga clic en el enlace del video <i>Colonoscopy</i>
	<ul style="list-style-type: none"> • Haga arreglos para que alguien lo lleve y lo recoja del procedimiento (Requerido debido al sedante). • Verifique qué medicamentos debe suspender, especialmente si toma anticoagulantes como <i>Coumadin</i>, <i>Plavix</i> y <i>Lovenox</i>. 	<ul style="list-style-type: none"> • La persona que lo acompañe y conduzca debe permanecer en el hospital durante todo el procedimiento. No se permite el uso de transporte público (taxi, autobús, Uber/Lyft), transporte no-médico ni que camine a casa, sin un acompañante. • Si tiene diabetes, lea el material titulado: <i>Colonoscopia: Preguntas Frecuentes</i>.
2 días antes de su procedimiento		
Durante el día	<ul style="list-style-type: none"> • Siga comiendo como normalmente lo hace, pero trate de evitar alimentos ricos en fibra 	<ul style="list-style-type: none"> • Ejemplos de alimentos ricos en fibra: ensaladas; vegetales verdes; arroz, pan y pasta integral, frijoles; semillas y frutos secos (<i>nuts</i>).
En la cena	<ul style="list-style-type: none"> • Esta cena será la última vez que va a poder comer algo sólido antes de su procedimiento. 	<ul style="list-style-type: none"> • Coma una cena liviana antes de las 9 p.m.
1 día antes de su procedimiento		
Durante el día	<ul style="list-style-type: none"> • Cuando se despierte, comience a beber SOLO líquidos claros • Beba 8 oz de líquidos claros por cada hora que esté despierto 	<ul style="list-style-type: none"> • NO COMA ningún alimento • NO TOME bebidas alcohólicas • Vea el enlace: <i>Dieta de Líquidos Claros</i>
6 p.m. – Tome la 1^{era} dosis	<ul style="list-style-type: none"> • Vacíe una botella de 1-6 oz de SUPREP en un recipiente desechable. • Agregue agua hasta la línea indicada y mézclela. • Beba TODO ese líquido. • Beba 32 oz. de agua o de los líquidos claros que prefiera durante 1 hora. 	<ul style="list-style-type: none"> • Puede hacer esa mezcla con anticipación y refrigerarla. Esa mezcla debe usarse en un periodo de 24 horas. • Es necesario que beba 32 oz de líquidos claros adicionales después de tomarse el laxante para asegurarse una buena hidratación y una limpieza eficaz. • Si se siente hinchado o con náuseas, espere más tiempo entre una y otra toma de líquido (espere de 5 a 10 minutos).
Noche	<ul style="list-style-type: none"> • Continúe tomando líquidos claros hasta la hora de dormir 	<ul style="list-style-type: none"> • Es posible que tenga que usar el baño durante la noche



CUÁNDO	QUÉ DEBE HACER	DETALLES
Día del procedimiento		
En la mañana – Tome la 2^{da} dosis	<ul style="list-style-type: none"> • Para la 2^{da} dosis, repita los mismos pasos mezclando la 2^{da} botella del laxante SUPREP con agua en el recipiente desechable. • Recuerde beber las 32 oz de líquidos claros después de tomar el laxante para asegurarse una limpieza eficaz. • Puede tomar los medicamentos que le hayan permitido con un traguito de agua. • Ahora pare de beber TODA clase de líquidos, incluida la mezcla del laxante, al menos 3 horas antes del procedimiento. 	<ul style="list-style-type: none"> • La 2^{da} dosis y las 32 oz. adicionales de líquidos claros deben beberse en un lapso de 1 a 2 horas. • Debe terminar de beberse todo ese líquido al menos 3 horas antes del procedimiento. • No puede beber NADA 3 horas antes de su procedimiento.

¿Cómo puede saber si el laxante está funcionando?

Mire los ejemplos de los diferentes colores de las heces; las suyas deben salir claras como se muestra.

- Después de beber toda la mezcla, sus heces o evacuaciones intestinales deben ser líquidas y de color amarillo claro, como la imagen 4 o 5. Si es así, ¡ya está listo!
- Sin embargo, si sus evacuaciones aún son sólidas o se ven como las imágenes 1, 2 o 3, es probable que no esté lo suficientemente preparado y deba cancelar su procedimiento.





COLONOSCOPIA: PREGUNTAS FRECUENTES

¿Me debo tomar toda la mezcla del laxante?

Sí. Para poder ver correctamente el revestimiento del colon este debe estar completamente limpio. Si el colon no se limpia adecuadamente puede dificultar la detección de pólipos y de cáncer de colon; lo que da como resultado exámenes incompletos, pólipos no-detectados y la necesidad de repetir el examen antes de lo debido. El paso más importante que puede tomar para garantizar un examen exitoso es terminar toda la mezcla del laxante.

¿Cuáles son los efectos secundarios del laxante?

Esa mezcla tiene como objetivo provocarle diarrea. Por lo general, esta comenzará unas pocas horas después de que comience a beber la mezcla del laxante. Haga planes para permanecer en casa y cerca de un baño. Algunas personas tienen hinchazón, náuseas y malestar abdominal, y esto es normal. No se alarme si tiene estos síntomas.

¿Qué pasa si no me gusta el sabor del laxante?

Si no le gusta el sabor, intente agregar un saborizante en polvo a la mezcla como *Crystal Light*, *Lemonade* o *Gatorade*. Sin embargo, evite tomar los saborizantes de color rojo o morado.

Si llega a tener náuseas, tómese un breve descanso de beber el laxante. También puede intentar beber algo caliente, como té, ya que a veces el calor puede ayudar a asentar el estómago. Tan pronto como desaparezcan las náuseas, continúe bebiendo los líquidos claros para prevenir calambres. Además, cuando reinicie el proceso, intente beber la mezcla más lentamente.

También puede intentar beberlo con una pajilla (popote). Luego, enjuáguese la boca inmediatamente con agua para enjuagar el sabor desagradable que a algunas personas les queda.

Ya tengo diarrea, ¿aun así tengo que tomarme toda la mezcla?

Sí, debe beber TODA la mezcla según las indicaciones. Su colon mide aproximadamente 5 pies de largo, por lo que para limpiarlo se debe beber toda la mezcla recetada para que su gastroenterólogo pueda realizar una colonoscopia de muy buena calidad.

Veo líquido amarillo en el inodoro con unas pequeñas partículas, ¿qué debo hacer?

Si sus últimas evacuaciones fueron lo suficientemente claras como para poder ver el fondo del inodoro, usted está casi listo. Sin embargo, debe seguir bebiendo TODO el resto de la mezcla. Está bien si nota algunas partículas fecales. El color amarillo es el resultado de la bilis que normalmente colorea las heces, lo cual no interfiere con el examen.

El laxante aún no me empieza a trabajar, ¿es eso normal?

Todos responden de manera distinta al laxante; algunas personas comienzan a tener diarrea una hora después de beber la mezcla y otros no obtienen respuesta durante algunas horas. Sea paciente y continúe bebiendo la mezcla según las instrucciones.



COLONOSCOPIA: PREGUNTAS FRECUENTES

¿Por qué no puedo manejar de regreso a la casa después del procedimiento?

A usted se le administrará un medicamento que le dará sueño durante el procedimiento, el cual afecta su razonamiento y sus reflejos. Y por razones médicas y legales, no puede conducir usted mismo a casa después del procedimiento.

¿Quién me puede acompañar a la cita?

La persona que lo acompañe y que conduzca debe ser un adulto responsable mayor de 18 años; y puede ser un familiar, amigo o la persona encargada de cuidarlo.

¿Puedo tomar taxi, autobús o irme solo a casa?

No. No se le permite usar el transporte público (taxis, autobuses, Uber/Lyft), transporte no-médico, ni caminar a casa, sin ir con un acompañante.

¿Cuáles medicamentos debería suspender antes de mi procedimiento?

Suspenda TODOS los anticoagulantes. Consulte con su médico sobre cuándo debe dejar de tomarlos. *Coumadin* (normalmente por 7 días), *Pradaxa* (normalmente por 48 horas), y el *Clopidogrel (Plavix)* normalmente por 5 días).

¿Cuáles medicamentos puedo tomar?

- El *Tylenol* puede seguir tomándolo.
- NO tiene que suspender la Aspirina diaria, ya que es seguro realizar estos procedimientos tomando Aspirina.
- Es seguro realizar algunos procedimientos endoscópicos mientras se usan medicamentos antiinflamatorios como *Ibuprofen (Motrin, Advil)* y *Naproxen (Aleve)*. Le recomendamos limitar su uso (si es posible) 7 días antes del procedimiento.

¿Qué medicamentos deberé tomar el día de mi colonoscopia?

Ese día continúe tomando los medicamentos para el corazón, la presión arterial, el asma, la ansiedad y las convulsiones. Si toma algún medicamento para la presión arterial, ese día debe tomarlos con un traguito de agua al menos 3 horas antes del examen.

¿Qué pasa si tomo medicinas para la diabetes?

Es importante que revise con frecuencia sus niveles de azúcar el día del procedimiento; ya que estos podrían bajar más rápido de lo normal debido a la dieta líquida que seguramente estará llevando ese día. Esto se puede evitar incluyendo algunos líquidos con azúcar regular en su dieta. Si siente que se le está bajando el azúcar, trátela con tabletas de azúcar o glucosa.

Medicamentos para pacientes diabéticos:

El **DÍA ANTES** del procedimiento:

- Puede tomarse la dosis completa de su medicamento oral para la diabetes
- Póngase la mitad ($\frac{1}{2}$) de la dosis habitual de insulina de larga duración.
- Revísese el azúcar frecuentemente durante el día.

EL **DÍA DEL** procedimiento:

- No use NINGÚN medicamento de la diabetes, incluida la insulina y los medicamentos orales.
- Revísese el azúcar en la mañana, y antes de viajar al laboratorio de endoscopia.

¿Qué debo recordar la mañana del día de mi procedimiento?

- Termine de beber toda la mezcla del laxante **al menos 3 horas antes de la hora de llegada.**
- No use joyas ni traiga objetos de valor.
- Su acompañante debe ser un adulto responsable que deberá permanecer en el hospital durante todo el procedimiento (aproximadamente 2 horas).

¿Cuánto tiempo tardará el examen?

La colonoscopia tarda cerca de 30 minutos. Sin embargo haga planes para estar 2 horas en el laboratorio de endoscopia.

¿Puedo tomar bebidas alcohólicas?

Evite beber alcohol durante varios días antes de su procedimiento, ya que el alcohol puede causar deshidratación y diluir la sangre.

¿Puedo masticar chicles, cepillarme los dientes, y usar mi dentadura postiza?



COLONOSCOPIA: PREGUNTAS FRECUENTES

Sí, puede masticar chicle, pero evite los que tienen el centro suave o los de color rojo o morado. Sí, puede cepillarse los dientes. Sí, puede llevar su dentadura postiza al laboratorio de endoscopía. Sin embargo, es posible que se la deba quitar antes del procedimiento.

¿Me puedo hacer la colonoscopia si tengo el periodo menstrual?

Sí, el procedimiento se puede realizar, aunque le pedimos que use un tampón, de ser posible.

¿Tendré que tomar antibióticos?

Si tiene una válvula cardíaca protésica o tuvo un reemplazo de articulaciones previamente, las últimas recomendaciones de las Sociedades Gastrointestinal y Cardiovascular no recomiendan el uso de antibióticos para la colonoscopia de rutina, independientemente de los dispositivos protésicos que tenga. Si recibe diálisis peritoneal, pregúntele a su médico si debe recibir antibióticos antes de una colonoscopia.

¿Cuándo recibiré los resultados de mi colonoscopia?

Usted recibirá instrucciones verbales y escritas inmediatamente después del procedimiento. Si le toman biopsias o si le extirpan algún pólipo, el patólogo puede tardar hasta dos (2) semanas en procesar y revisar esas muestras. Recibirá sus resultados por correo electrónico, por carta o por teléfono. No llame ni envíe un correo electrónico para preguntar por los resultados hasta pasadas 2 semanas.

¿Dónde puedo hacerme el procedimiento?

Loma Linda University Health dispone de 2 lugares donde le pueden realizar su colonoscopia:

Loma Linda University Medical Center

11234 Anderson Street
Loma Linda, CA 92354

El laboratorio de Gastroenterología (*GI Lab*) está ubicado en el área del *Lobby* – Suite 1405

Mountain View Surgery Center

10408 Industrial Circle
Redlands, CA 92374

¿Cómo puedo programarlo?

Si usted quiere que se lo realicen en el centro médico *Loma Linda Medical Center*, llame al: (909) 558-4668, opción 2 (para programar su cita)

Si su doctor dice que usted es una persona saludable que no tiene enfermedades médicas pre-existentes, también puede hacerse el procedimiento en el centro quirúrgico *Mountain View Surgical Center*, llamando al: (909) 558-2850 para programar su cita.

¿A quién llamo si tuviera más preguntas?

Para procedimientos programados en ***Loma Linda Medical Center***, llame al (909) 558-4668, opción 4.

Para procedimientos programados en ***Mountain View Surgery Center***, llame al (909) 796-7803, opción 2.

