

Colonoscopia: Cómo prepararse con SUPREP®

Nombre genérico: solución oral de sulfato de sodio/sulfato de potasio/sulfato de magnesio

IMPORTANTE: NO siga las instrucciones que figuran en la caja de®SUPREP. Por favor, siga estas instrucciones que le hemos facilitado.

7 DÍAS ANTES

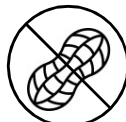
1. Revise a fondo las instrucciones de preparación.
2. Revise los cambios/las restricciones en la medicación. **POR FAVOR, LEA LA PÁGINA 6** de este documento para obtener más instrucciones sobre la medicación. **CONTINÚE TOMANDO LA ASPIRINA RECETADA.**
3. Consiga un conductor autorizado. Debe tener al menos 18 años y contar con un teléfono móvil.
 - **Imprescindible para la sedación.**
 - Su examen se reprogramará si no dispone de un conductor de 18 años o mayor en el momento de su llegada. El conductor no debe programar ni planificar ninguna cita durante este tiempo.
4. Para obtener más información, visite nuestra página web:
www.iowaclinic.com/prep-instructions
 - Vea el video educativo en línea sobre la colonoscopia (recomendado).



Escanee el código QR para ver las instrucciones de preparación.

3 DÍAS ANTES

1. **BUSQUE LA PREPARACIÓN SUPREP® en su** farmacia. Es posible que tenga que llamar a su farmacia para avisarles de que le surtan la receta. Si no dispone de receta médica, llame al 515.875.9115.
2. **COMPRA SIMETICONA** (Gas-X® o cualquier medicamento para el alivio de los gases). **Esto es muy recomendable, pero NO es obligatorio.** Se puede adquirir sin receta médica en diversas presentaciones. Se aceptan cápsulas, comprimidos masticables, pastillas y líquidos. Se acepta la dosis normal (125 mg) o la dosis máxima (180 mg), así como cualquier sabor.
3. **SUSPENDA estos suplementos:** Fibra (como Metamucil®, Citrucel® o Benefiber®). Medicamentos antidiarreicos (como Kaopectate®, Lomotil®, Pepto-Bismol® y Imodium® o loperamida). Vitaminas diarias. Suplementos de hierro.
4. **COMIENCE una dieta baja en fibra/baja en residuos** **POR FAVOR, LEA LA PÁGINA 5** para ver ejemplos de dietas.



1 DÍA ANTES

1. **Coma un desayuno bajo en residuos/bajo en fibra.** Debe desayunar antes de las 10:00 a. m. Puede comer **UNO** de los siguientes:
 - Huevos (fritos, estrellados, revueltos o cocidos) con o sin condimentos Y 2 rodajas de pan blanco **O**
 - 2/3 tazas de yogur (sin semillas, bayas ni frutos secos) Y 1 banana
- **DEJE** de comer alimentos sólidos a las **10 a. m.** **NO** coma más alimentos sólidos hasta después de su procedimiento.
- **COMIENCE DIETA DE LÍQUIDOS CLAROS** (solo líquidos transparentes). **POR FAVOR, LEA LA PÁGINA 5** para ver ejemplos de líquidos transparentes.
 - Manténgase bien hidratado
 - **NO** tome alcohol, líquidos rojos o morados, lácteos, aceite, pulpa, etc.

6 p. m. (Tarde ANTERIOR al procedimiento)

1. **COMIENCE** con la primera dosis de la preparación de SUPREP, comience por el PASO 1.



PASO 1: Vierta **UNA** (1) botella de 6 onzas de SUPREP® líquido en el recipiente de mezcla.

PASO 2: Añada agua potable hasta la línea de llenado de 16 onzas del recipiente.

PASO 3: Beba **TODO** el líquido del recipiente **a lo largo de una (1) hora**.

PASO 4: Usted **DEBE** beber **dos (2) recipientes más** de 16 onzas de agua **durante las siguientes 1 a 2 horas**.

PASO 5: Tome **dos (2) comprimidos de simeticona** con el agua del **paso 4**.

Tendrá diarrea al beber la solución. Quédese cerca de un inodoro. Es posible que tenga hinchazón, calambres abdominales y náuseas. Esto es normal. Beber la solución más despacio y a lo largo de un periodo de 1 a 2 horas puede ayudar a aliviar estos síntomas. Considere usar una pajilla.

2. **TOME sus medicamentos recetados** (por ejemplo: medicamentos para la tensión arterial, el corazón, la tiroides y las convulsiones), **salvo que se indique lo contrario**.
 - Tome sus medicamentos recetados **al menos una (1) hora** antes o después de beber su preparación.

EL DÍA DEL PROCEDIMIENTO

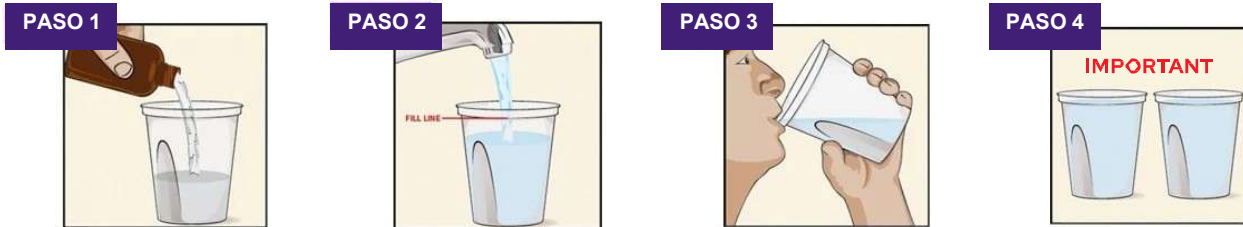
1. **NO** coma alimentos sólidos.
2. **CONTINÚE** tomando **líquidos claros** hasta dos (2) horas antes de su hora de registro.
3. **TOME sus medicamentos recetados** (por ejemplo: medicamentos para la tensión arterial, el corazón, la tiroides y las convulsiones), **salvo que se indique lo contrario**.
 - Tome sus medicamentos recetados **al menos una (1) hora antes** o después de beber su preparación.

4 HORAS ANTES DE SU HORA DE REGISTRO

1. Tómese la segunda dosis de la preparación de SUPREP®, empezando por el **PASO 1**.

- Somos conscientes de que es posible que tenga que levantarse en mitad de la noche para tomarse la segunda dosis. Sin embargo, hemos comprobado que este método es el que permite obtener un colon más limpio.

Aunque las heces puedan volverse claras tras la primera dosis, es importante tomar la segunda dosis completa.



PASO 1: Vierta **UNA** (1) botella de 6 onzas de SUPREP líquido en el recipiente de mezcla.

PASO 2: Añada agua potable hasta la línea de llenado de 16 onzas del recipiente.

PASO 3: Beba **TODO** el líquido del recipiente **a lo largo de una (1) hora**.

PASO 4: Usted **DEBE** beber **dos (2) recipientes más** de 16 onzas de agua **durante las siguientes 1 a 2 horas**.

PASO 5: **Tome dos (2) comprimidos de simeticona** con el agua del **paso 4**.

- La mayoría de las personas experimentan una ligera sensación de hinchazón, calambres abdominales y náuseas. Esto es normal. Beber la solución más despacio y a lo largo de un periodo de 1 a 2 horas puede ayudar a aliviar estos síntomas.
- DEJE** de beber **CUALQUIER líquido 2 horas** antes de su hora de registro, incluida el agua.
- Sus heces deben ser claras/amarillas transparentes y acuosas.
- Si sigue teniendo heces sólidas o diarrea de color marrón, llame al 515.875.9145.



LO QUE DEBE HACER/TRAER EL DÍA DE SU PROCEDIMIENTO

- ☐ Tarjetas del seguro/Identificación con foto/Directriz anticipada, si las hay
- ☐ Lista de medicamentos/cirugías
- ☐ Inhaladores
- ☐ Use ropa cómoda/no use sostén con aro
- ☐ Quítese TODAS las joyas y los piercings
- ☐ Deje los objetos de valor en casa

LO QUE DEBE ESPERAR

1. La duración aproximada de la estadía es de 2 a 3 horas.
2. Su conductor debe retirarse luego de dejarlo y se le indicará cuándo debe volver. Recuérdese traer un teléfono móvil.
3. Los medicamentos sedantes que se administran para la colonoscopia pueden provocar pérdida de memoria y alterar la capacidad de juicio, la coordinación y el tiempo de reacción. Estos efectos pueden durar hasta doce (12) horas tras la administración. NO podrá conducir durante el resto del día.

INSTRUCCIONES ESPECIALES

1. Los beneficios de cobertura individual varían. Usted debe encargarse de consultar con su compañía aseguradora acerca de sus beneficios y cualquier tipo de autorización previa requerida.
2. Su examen se reprogramará si no dispone de un conductor de 18 años o mayor en el momento de su llegada. El conductor no debe programar ni planificar ninguna cita durante este tiempo.
3. **Tenga en cuenta que está prohibido consumir marihuana el día del procedimiento y que, si lo hace, el procedimiento será reprogramado.**

CONSEJOS ÚTILES

1. Puede añadir limonada Crystal Light a la preparación laxante. Le recomendamos que le añada un vaso cada vez.
2. Intente beber la solución con una pajilla.
3. Es posible que sienta retortijones intestinales hasta que las heces se hayan expulsado de su colon (esto puede tardar entre 2 y 4 horas y, a veces, mucho más).
4. Para evitar el dolor en los glúteos, puede: utilizar toallitas para bebés o compresas Tucks, sumergirse en un baño de agua tibia o rociarse con agua tibia, aplicar pomada para hemorroides si las tiene (límpiase bien antes de su examen); NO utilice pomadas a base de zinc ni vaselina.
5. Sus preguntas nos importan. Para obtener más información, consulte nuestra página web: www.iowaclinic.com/prep-instructions También puede enviarnos un mensaje a través de su portal MyHealth en horario laboral habitual o llamar al 515.875.9115.



Escanee el código QR
para ver las instrucciones
de preparación.

GUÍA DE DIETA PARA LA PREPARACIÓN DE LA COLONOSCOPIA

Dieta baja en fibra/baja en residuos: Comience AL MENOS 3 días antes de su procedimiento.

A continuación le ofrecemos una guía de los alimentos que puede consumir mientras sigue una dieta baja en residuos antes de su procedimiento. En general, evite cualquier alimento duro o fibroso, así como cualquier producto que contenga cereales integrales, frutos secos, semillas, pieles o colorante rojo. Una dieta baja en residuos le ayudará a obtener los mejores resultados en la preparación de su intestino. **Si no está seguro de si un alimento es bajo en residuos, lo mejor es evitarlo mientras se prepara para su procedimiento.**

Grupo de alimentos	Alimentos permitidos	Alimentos que hay que evitar
Leche y productos lácteos	Leche, leches de soja o de frutos secos (siempre que no tengan grumos), helado, yogur, queso	Ningún producto lácteo que contenga trozos de frutos secos, semillas o fruta
Bebidas	Café, té, refrescos, zumos sin pulpa, Kool-Aid (sin colorante rojo), Boost, Ensure u otros suplementos nutricionales sin fibra añadida	No se permiten bebidas con pulpa, semillas, fibra añadida ni zumo de ciruela pasa.
Pan, cereales y almidones	Cualquier tipo de pan refinado, incluidos los muffins ingleses, el pan de pita, las galletas, los muffins, las galletas saladas, los panqueques, los waffles, los Cheerios, los Cornflakes, los Rice Krispies, el arroz blanco y la pasta refinada	No se permiten los cereales integrales, la avena, la granola, ningún alimento que contenga semillas o frutos secos, el pan de maíz, las galletas Graham, el arroz integral o silvestre, las pieles de patata ni la quinoa.
Frutas	Fruta en conserva o cocida, sin piel ni semillas, compota de manzana, plátanos maduros, salsa de arándanos rojos en gelatina	No se permiten frutas crudas (excepto plátanos maduros), piña en conserva, naranjas, frutas mixtas, fruta seca, salsa de arándanos enteros ni aguacate.
Verduras	Verduras tiernas, bien cocidas, en conserva o congeladas, sin semillas ni piel, como zanahorias o remolachas peladas, zumo de verduras colado o salsa de tomate	No se deben consumir verduras crudas ni cocidas que sean duras o fibrosas, como el brócoli, los espárragos, la col, las espinacas, etc.
Carne y sustitutos de la carne	Pescado tierno cocinado, aves de corral, ternera, cerdo, huevos, tofu y mantequillas de frutos secos de textura suave	Sin cartílagos, embutidos ni salchichas; cualquier sustituto de la carne elaborado con cereales integrales, semillas o trozos de frutos secos, alubias, guisantes o lentejas
Varios	Sal, azúcar, especias molidas o en copos, chocolate, cualquier condimento líquido o cremoso, como el ketchup, la salsa de soja, la mayonesa o la jalea (pero no la mermelada ni las conservas)	No pimienta, especias en grano ni otras semillas, frutos secos, palomitas, encurtidos ni aceitunas

Dieta de líquidos claros

- Agua
- Refrescos de colores claros
- Té o café (solo negro, sin leche)
- Zumos claros
- Gatorade u otras bebidas deportivas (que no sean rojas ni moradas)
- Caldos de pollo, ternera y caldo de verduras, cubitos de caldo
- Jell-O® (no rojo ni morado)
- Paletas heladas (no rojo ni morado)

ASPECTOS A TENER EN CUENTA RESPECTO A LA MEDICACIÓN

1. **Siga tomando la aspirina que le han recetado.**

2. Es posible que deba suspender los medicamentos **anticoagulantes** antes de su procedimiento. Llame a nuestro consultorio si no recibió las instrucciones. 515.875.9115.

- Los medicamentos nticoagulantes incluyen: prasugrel (Effient®), warfarina (Coumadin®), clopidogrel (Plavix®), dabigatrán (Pradaxa®), rivaroxabán (Xarelto®), apixabán (Eliquis®), enoxaparina (Lovenox®), o ticagrelor (Brilinta®).

3. Es posible que tenga que ajustar su medicación para la **diabetes** y los controles de glucemia durante la fase de preparación del colon.

Llame a su médico de cabecera para que le dé instrucciones.

4. Si está tomando algún medicamento **GLP-1**, tendrá que pasar al Protocolo para el estreñimiento de **SUPREP®**. Estas instrucciones se pueden consultar en la página web de The Iowa Clinic: www.iowaclinic.com/prep-instructions. Llame al consultorio de Gastroenterología, al 515.875.9115, si necesita más ayuda.

- Entre los medicamentos GLP-1 se incluyen: Liraglutida (Victoza®, Saxenda®), semaglutida (Ozempic®, Wegovy®), dulaglutida (Trulicity®), exenatida (Byetta®, Bydureon®), o tirzepatida (Mounjaro®)

5. Si tiene **menos de tres (3) deposiciones a la semana** (o si sus heces son duras, secas o grumosas), deberá pasar al Protocolo para el estreñimiento de **SUPREP®**. Estas instrucciones se pueden consultar en la página web de The Iowa Clinic: www.iowaclinic.com/prep-instructions. Llame al consultorio de Gastroenterología, al 515.875.9115, si necesita más ayuda.

6. **La simeticona** tomada durante la preparación intestinal para una colonoscopia, puede reducir significativamente la presencia de burbujas de gas y la formación de espuma, lo que permite una mejor visualización del colon. Una visualización nítida de la pared del colon es fundamental para detectar pólipos u otras anomalías.

Escanee el código QR para ver las
instrucciones de preparación. >

