

Colonoscopia:

Cómo prepararse con SUTAB®

Nombre genérico: comprimidos de sulfato de sodio, sulfato de magnesio y cloruro de potasio

7 DÍAS ANTES

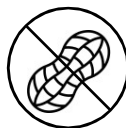
1. Revise minuciosamente las instrucciones para su preparación.
2. Revise los cambios y restricciones en cuanto a medicamentos. **LEA LA PÁGINA 6** de este documento para obtener más instrucciones sobre los medicamentos. **CONTINÚE TOMANDO LA ASPIRINA RECETADA.**
3. Haga arreglos para contar con un conductor con licencia. Debe tener al menos 18 años y contar con un teléfono celular.
 - Es obligatorio, debido a la sedación.
 - Su prueba será reprogramada si no tiene un conductor de 18 años o más disponible al momento de su llegada. El conductor no debe programar ni planificar ninguna cita durante este tiempo.
4. Utilice nuestro sitio web para obtener más información:
www.iowaclinic.com/prep-instructions
 - Vea el video educativo en línea sobre colonoscopia (recomendado).



Escanee el código QR para
ver las instrucciones de
preparación.

3 DÍAS ANTES

1. **RECOJA LA PREPARACIÓN SUTAB®** en su farmacia. Es posible que deba llamar a su farmacia para informarles que deben surtir la receta. Si no hay una receta disponible, llame al 515.875.9115.
2. **COMPRA SIMETICONA** (Gas-X® o algún medicamento para aliviar los gases). **Es muy recomendable, pero NO es obligatorio.** Está disponible sin receta en una variedad de presentaciones. Tanto las cápsulas como los masticables, comprimidos y líquidos son aceptables. La concentración regular (125 mg) o la máxima (180 mg) y cualquier sabor son aceptables.
3. **SUSPENDA estos suplementos:** fibra (como Metamucil®, Citrucel® o Benefiber®). Medicamentos antidiarreicos (como Kaopectate®, Lomotil®, Pepto-Bismol® e Imodium® o loperamida). Vitaminas diarias. Suplementos de hierro.
4. **COMIENCE** una dieta baja en fibra y residuos. **LEA LA PÁGINA 5** para ver ejemplos de dietas.



1 DÍA ANTES

1. **Coma un desayuno bajo en fibras y residuos.** Debe desayunar antes de las 10 a. m. Puede comer **UNA** de las siguientes opciones:
 - Huevos (fritos, estrellados, revueltos o hervidos) con o sin condimentos Y 2 rebanadas de pan blanco O
 - 2/3 de taza de yogur (sin semillas, bayas ni frutos secos) Y 1 banana
- **DEJE** de comer alimentos sólidos a las **10 am.** **NO consuma ningún otro alimento sólido hasta después de su procedimiento.**
- **COMIENCE UNA DIETA DE LÍQUIDOS CLAROS** (solo líquidos transparentes). **LEA LA PÁGINA 5** para ver ejemplos de líquidos claros.
 - Manténgase bien hidratado.
 - **NO** consuma bebidas alcohólicas, líquidos rojos o morados, lácteos, aceite, pulpa, etc.

6 p. m. (la tarde ANTERIOR al procedimiento)

1. **INICIE** la primera dosis de la preparación de SUTAB®, comience con el PASO 1.



Los comprimidos no se muestran en su tamaño real.

PASO 1: abra **UN** (1) frasco de 12 comprimidos.

PASO 2: llene el recipiente proporcionado con 16 onzas de agua (hasta la línea de llenado). **Trague un (1) comprimido cada 1 o 2 minutos hasta que se haya tomado los 12 comprimidos (termine de tomarse los comprimidos y el agua en un lapso de 20 minutos).**

- Si siente náuseas, distensión abdominal o calambres, beba el agua más despacio o haga una pausa hasta que los síntomas mejoren.

PASO 3: aproximadamente **una (1) hora** después de ingerir el último comprimido, beba un (1) recipiente adicional de 16 onzas de agua en un lapso de 30 minutos.

PASO 4: aproximadamente **30 minutos** después de terminar el segundo recipiente de agua, beba un (1) recipiente adicional de 16 onzas de agua en un lapso de 30 minutos. **DEBE** tomarse toda el agua.

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

Tendrá diarrea al tomar la solución. Permanezca cerca de un inodoro. Es posible que tenga distensión abdominal, calambres abdominales y náuseas; esto es normal. Beber la solución más lentamente y a lo largo de un período de 1 a 2 horas puede ayudar a aliviar estos síntomas. Considere usar una pajita.

2. **TOME los medicamentos recetados** (p. ej.: medicamentos para la presión arterial, cardíacos, tiroideos y para las convulsiones), **a menos que se le 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** consuma alimentos sólidos.
2. **CONTINÚE** bebiendo **líquidos claros** hasta dos (2) horas antes de hora de registro.
3. **TOME los medicamentos recetados** (p. ej.: medicamentos para la presión arterial, cardíacos, tiroideos y para las convulsiones), **a menos que se le indique lo contrario.**
 - Tome sus medicamentos recetados **al menos una (1) hora antes** o después de beber su preparación.

6 HORAS ANTES DE SU HORA DE REGISTRO

1. Tome la segunda dosis de la preparación SUTAB®, comenzando con el **PASO 1**.

- Somos conscientes de que es posible que deba despertarse temprano para tomar la segunda dosis. Sin embargo, hemos comprobado que este método es el que permite obtener un colon más limpio. **Aunque sus heces se vuelvan más claras después de la primera dosis, es importante tomar la segunda dosis completa.**



Los comprimidos no se muestran en su tamaño real.

PASO 1: abra **UN** (1) frasco de 12 comprimidos.

PASO 2: llene el recipiente proporcionado con 16 onzas de agua (hasta la línea de llenado). **Trague un (1) comprimido cada 1 o 2 minutos hasta que se haya tomado los 12 comprimidos (termine de tomarse los comprimidos y el agua en un lapso de 20 minutos).**

- Si siente náuseas, distensión abdominal o calambres, beba el agua más despacio o haga una pausa hasta que los síntomas mejoren.

PASO 3: aproximadamente **una (1) hora** después de ingerir el último comprimido, beba un (1) recipiente adicional de 16 onzas de agua en un lapso de 30 minutos.

PASO 4: aproximadamente **30 minutos** después de terminar el segundo recipiente de agua, beba un (1) recipiente adicional de 16 onzas de agua en un lapso de 30 minutos. **DEBE** tomarse toda el agua.

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

- La mayoría de las personas sienten distensión abdominal leve, calambres abdominales y náuseas; esto es normal. Beber la solución más lentamente y a lo largo de un período de 1 a 2 horas puede ayudar a aliviar estos síntomas.
- DEJE** de beber líquidos de **CUALQUIER** tipo **2 horas** antes de la hora de su registro, incluida el agua.
- Sus heces deben ser de color amarillo claro o transparente y de aspecto acuoso.
- Si aún tiene heces sólidas o diarrea de color marrón, llame al 515.875.9145.



OSCURAS
Y TURBIAS
NO ESTÁ BIEN

MARRÓN
Y TURBIAS
NO ESTÁ BIEN

NARANJA OSCURO Y
SEMITRANSSPARENTES
NO ESTÁ BIEN

NARANJA CLARO Y
MAYORMENTE
CLARAS
YA CASI

AMARILLAS Y
CLARAS, COMO LA
ORINA
ESTÁ LISTO

LO QUE DEBE HACER/TRAER EL DÍA DE SU PROCEDIMIENTO

- ☐ Tarjetas del seguro/identificación con foto/directrices anticipadas, si las tiene
- ☐ Listado de medicamentos/cirugías
- ☐ Inhaladores
- ☐ Use ropa cómoda/no use sostén con aros
- ☐ Quítese TODAS las joyas y piercings
- ☐ Deje los objetos de valor en casa

LO QUE PUEDE ESPERAR

1. La duración aproximada de la estadía es de 2 a 3 horas.
2. El conductor puede retirarse luego de dejarlo y se le indicará cuándo debe volver. Recuérdale traer un teléfono celular.
3. Los sedantes administrados para la colonoscopia pueden provocar olvidos y deterioro del juicio, la coordinación y el tiempo de reacción. Estos efectos pueden durar hasta doce (12) horas después de la administración. NO conduzca durante el resto del día.

INSTRUCCIONES ESPECIALES

1. Los beneficios de cobertura individual varían. Usted tiene la responsabilidad de consultar con su compañía de seguros acerca de sus beneficios y de cualquier autorización previa requerida.
2. Su prueba será reprogramada si no tiene un conductor de 18 años o más disponible al 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 de su procedimiento y que, si lo hace, el procedimiento será reprogramado.**

CONSEJOS ÚTILES

1. Es posible que tenga calambres intestinales hasta que las heces hayan salido del colon (esto puede tomar de 2 a 4 horas y a veces mucho más).
2. Para evitar que le duela el ano, puede: utilizar toallitas para bebés o compresas Tucks, sumergirse en un baño de agua tibia o rociarse con agua tibia, usar pomada para hemorroides si las padece (límpiela antes de su examen); NO utilice pomadas a base de zinc ni vaselina.
3. Sus preguntas son importantes para nosotros. Visite nuestro sitio web para obtener más información: www.iowaclinic.com/prep-instructions También puede enviarnos un mensaje a través del portal MyHealth durante el horario de atención regular o llamar al 515.875.9115.



Escanee el código QR para ver las instrucciones de preparación.

GUÍA DIETÉTICA PARA LA PREPARACIÓN PARA LA COLONOSCOPIA

Dieta baja en fibra y baja en residuos: comience AL MENOS 3 días antes de su procedimiento.

A continuación se presenta una guía de alimentos que puede comer mientras sigue una dieta baja en residuos antes de su procedimiento. En general, evite cualquier cosa dura o fibrosa, y cualquier cosa que contenga granos integrales, nueces, semillas, cáscara o tinte rojo. Una dieta baja en residuos le ayudará a obtener los mejores resultados de su preparación intestinal. **Si no está seguro si la comida tiene bajo contenido de residuos, es mejor omitirla mientras se prepara para su procedimiento.**

Grupo de alimentos	Alimentos permitidos	Alimentos que debe evitar
Leche y lácteos	Leche, leche de soya o de nueces (siempre y cuando no sean arenosas) helado, yogur, queso	No consuma productos lácteos con trozos de frutos secos, semillas o frutas
Bebidas	Café, té, refrescos, jugos sin pulpa, KoolAid (sin colorante rojo), Boost, Ensure u otros suplementos nutricionales sin fibra añadida	No consuma bebidas con pulpa, semillas, fibra añadida o jugo de ciruelas pasas
Pan, cereales y almidones	Todo pan refinado, incluidos panecillos ingleses, pan pita, galletas, muffins, galletas saladas, panqueques, waffles, Cheerios, Cornflakes, Rice Krispies, arroz blanco, pastas refinadas	No consuma cereales integrales, avena, granola, nada que tenga semillas o nueces, pan de maíz, galletas Graham, arroz integral o silvestre, cáscara de papa, quinoa
Frutas	Frutas enlatadas o cocidas, sin cáscara ni semillas, compota de manzana, bananas maduras, salsa de arándanos rojos en gelatina	No consuma frutas crudas (excepto bananas maduras), piña enlatada, naranjas, frutas mixtas, frutas secas, salsa de arándanos enteros, aguacate
Vegetales	Vegetales tiernos, bien cocidos, enlatados o congelados, sin semillas ni cáscara, como zanahorias o remolachas peladas, jugo de vegetales colado o salsa de tomate	No consuma vegetales crudos ni ninguno cocido que sea duro o fibroso, como brócoli, espárragos, repollo, espinacas, etc.
Carne y sustitutos de la carne	Pescado tierno cocido, aves, carne de res, cerdo, huevos, tofu, mantequillas suaves de nueces	Sin cartílagos, embutidos o salchichas, ningún sustituto de la carne hecho con granos integrales, semillas o trozos de nueces, frijoles, guisantes o lentejas
Misceláneos	Sal, azúcar, especias molidas o en copos, chocolate, cualquier condimento líquido o suave como ketchup, salsa de soja, mayonesa o gelatina (pero no mermeladas ni conservas)	No consuma pimienta, especias en grano ni otras semillas, frutos secos, palomitas de maíz, pepinillos ni aceitunas

Dieta de líquidos claros

- Agua
- Refrescos de colores claros
- Té o café (solo negro, sin crema)
- Jugos claros
- Gatorade o cualquier otra bebida deportiva (que no sea roja ni morada)
- Caldos de pollo, carne y vegetales, consomé
- Jell-O® (que no sea roja ni morada)
- Paletas heladas (que no sean rojas ni moradas)

CONSIDERACIONES EN CUANTO A MEDICAMENTOS

1. **Continúe tomando la aspirina recetada.**
2. Es posible que deba suspender los anticoagulantes antes de su procedimiento. Llame a nuestro consultorio si no ha recibido las instrucciones, 515.875.9115.
 - Entre los anticoagulantes se incluyen: prasugrel (Effient®), warfarina (Coumadin®), clopidogrel (Plavix®), dabigatrán (Pradaxa®), rivaroxabán (Xarelto®), apixabán (Eliquis®), enoxaparina (Lovenox®) o ticagrelor (Brilinta®).
3. Es posible que deba ajustar sus medicamentos para la diabetes y las pruebas de azúcar en la sangre durante la fase de preparación del colon. **Llame a su proveedor de atención primaria para obtener instrucciones.**
4. Si toma algún medicamento **GLP-1**, deberá seguir el protocolo de estreñimiento de SUTAB®. Estas instrucciones se pueden encontrar en el sitio web de The Iowa Clinic: www.iowaclinic.com/prep-instructions. Llame al consultorio de gastroenterología al 515.875.9115 si necesita más orientación.
 - 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) evacuaciones intestinales por semana (o tiene heces duras, secas o grumosas), deberá seguir el protocolo de estreñimiento de SUTAB®. Estas instrucciones se pueden encontrar en el sitio web de The Iowa Clinic: www.iowaclinic.com/prep-instructions. Llame al consultorio de gastroenterología al 515.875.9115 si necesita más orientación.
6. **La simeticona** tomada durante la preparación intestinal para la colonoscopia puede reducir significativamente la presencia de burbujas de gas y la formación de espuma, lo que mejora la visualización del colon. Una visualización clara de la pared del colon es esencial para detectar pólipos u otras anomalías.

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

