

# Colonoscopia: Cómo prepararse con SUTAB®

## Protocolo para el estreñimiento y los agonistas del GLP-1

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

Este protocolo es para pacientes con las siguientes características:

- Tienen menos de tres (3) evacuaciones intestinales por semana (o presentan heces duras, secas o grumosas).
- Toman un medicamento agonista del GLP-1 (como Ozempic®, Wegovy®, Mounjaro®, Victoza®, Trulicity® o similares).

**IMPORTANTE: NO siga las instrucciones de la caja de SUTAB®. Siga las instrucciones que le proporcionamos.**

### SIETE (7) DÍAS ANTES

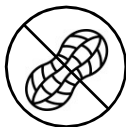
1. Lea minuciosamente las instrucciones de su preparación.
2. Revise los cambios y las restricciones en cuanto a los medicamentos. **LEA LA PÁGINA 6** de este documento para obtener más instrucciones sobre los medicamentos. **CONTINÚE TOMANDO LA ASPIRINA RECETADA.**
3. Consiga un conductor autorizado. Debe tener al menos 18 años y contar con un teléfono móvil.
  - **Es necesario para cuando usted reciba sedación.**
  - Su prueba se reprogramará si no cuenta con un conductor de 18 años o más que esté presente cuando lo deje en el centro. El conductor no debe programar ni planificar ninguna cita durante este tiempo.
4. Visite nuestro sitio web para obtener más información:  
[www.iowaclinic.com/prep-instructions](http://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.

### CINCO (5) DÍAS ANTES

1. **DEJE de tomar estos suplementos:** Fibra (como Metamucil®, Citrucel® o Benefiber®). Medicamentos antidiarreicos (como Kaopectate®, Lomotil®, Pepto-Bismol® e Imodium® o loperamida). Vitaminas diarias. Suplementos de hierro.
2. **COMIENCE una dieta baja en fibra y baja en residuos. LEA LA PÁGINA 5** para ver ejemplos de dietas.



3. **COMPRA MIRALAX.** Una botella de MiraLAX de 8.3 onzas. Disponible sin receta médica. Se aceptan marcas genéricas (polietilenglicol 3350, PEG 3350).
4. **COMPRA SIMETICONA** (Gas-X® o un medicamento para aliviar los gases). **Esto es muy recomendable, pero NO obligatorio.** Disponible sin receta en una variedad de formas. Se aceptan cápsulas, masticables, comprimidos y líquidos. Se acepta la concentración regular (125 mg) o la concentración máxima (180 mg) y de cualquier sabor.

## TRES (3) DÍAS ANTES

1. **COMIENCE** a tomar una tapa llena (17 g) de **MiraLAX** disuelta en 8 onzas de agua dos veces al día. Tómelo todas las mañanas **Y** todas las noches hasta la noche anterior al procedimiento.
2. **RECOJA LA PREPARACIÓN DE SUTAB®** de la farmacia. Es posible que deba llamar a la farmacia para informarles que necesita este medicamento. Si no tiene una receta disponible, llame al 515.875.9115.

## DOS (2) DÍAS ANTES

1. **No** coma más alimentos sólidos a partir de esta mañana. NO coma alimentos sólidos hasta después de su procedimiento.
2. **COMIENCE LA DIETA DE LÍQUIDOS CLAROS** (solo líquidos transparentes). **LEA LA PÁGINA 5** para ver ejemplos de líquidos claros.
3. Manténgase bien hidratado.
4. **No** consuma alcohol, líquidos rojos o morados, lácteos, aceite, pulpa, etc.
5. **CONTINÚE** tomando una tapa (17 g) de **MiraLAX** disuelta en 8 onzas de agua dos veces al día. Tómelo todos los días por la mañana **Y** por la noche hasta la noche anterior al procedimiento.

## UN (1) DÍA ANTES

1. **CONTINÚE con la dieta de LÍQUIDOS CLAROS.**
2. **TOME** una tapa (17 g) de **MiraLAX** disuelta en 8 onzas de agua por la mañana.
3. Manténgase bien hidratado.

## 6 p. m. (la noche ANTES del procedimiento)

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



Los comprimidos no se muestran del tamaño real.

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

**PASO 2:** Llene el contenedor provisto con 16 onzas de agua (hasta la línea de llenado). **Trague un (1) comprimido cada uno o dos (1 o 2) minutos hasta que se hayan terminado los 12 comprimidos (termine los comprimidos y el agua dentro de los 20 minutos).**

- Si siente náuseas, distensión abdominal o cólicos, disminuya la ingesta de agua hasta que los síntomas disminuyan.

**PASO 3:** Aproximadamente **una (1) hora** después de ingerir el último comprimido, beba un (1) recipiente más de 16 onzas de agua durante 30 minutos.

**PASO 4:** Aproximadamente **30 minutos** después de terminar el segundo recipiente de agua, beba un (1) recipiente más de 16 onzas de agua durante 30 minutos. **DEBE** terminar 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 del baño. Podría tener hinchazón, calambres abdominales y náuseas. Esto es normal. Beber la solución más lentamente y durante el período de una a dos (1 a 2) horas puede ayudar a aliviar estos síntomas. Considere usar un popote.

2. **TOME sus medicamentos recetados** (por ejemplo: medicamentos para la presión arterial, cardíacos, tiroideos y anticonvulsivos), a menos que se le indique lo contrario.

- Tome sus medicamentos recetados **al menos una (1) hora** antes o después de beber la preparación.

## EL DÍA DEL PROCEDIMIENTO

1. **NO** coma alimentos sólidos.
2. **CONTINÚE** bebiendo **líquidos claros** hasta dos (2) horas antes de la hora del ingreso.
3. **TOME sus medicamentos recetados** (por ejemplo: medicamentos para la presión arterial, cardíacos, tiroideos y anticonvulsivos), **a menos que se le indique lo contrario.**

• Tome sus medicamentos recetados **al menos una (1) hora antes** o después de beber la preparación.

## SEIS (6) HORAS ANTES DE LA HORA DEL INGRESO

1. **Beba la segunda dosis de la preparación de SUTAB®, comience con el PASO 1.**

• Comprendemos que es posible que deba levantarse temprano para tomar la segunda dosis. Sin embargo, hemos comprobado que este método permite lograr una limpieza más completa del colon. **Aunque sus heces se vuelvan claras después de la primera dosis, es importante que tome la segunda dosis completa.**



Los comprimidos no se muestran del tamaño real.

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

**PASO 2:** Llene el contenedor provisto con 16 onzas de agua (hasta la línea de llenado). **Trague un (1) comprimido cada uno o dos (1 o 2) minutos hasta que se hayan terminado los 12 comprimidos (termine los comprimidos y el agua dentro de los 20 minutos).**

- Si siente náuseas, distensión abdominal o cólicos, disminuya la ingesta de agua hasta que los síntomas disminuyan.

**PASO 3:** Aproximadamente **una (1) hora** después de ingerir el último comprimido, beba un (1) recipiente más de 16 onzas de agua durante 30 minutos.

**PASO 4:** Aproximadamente **30 minutos** después de terminar el segundo recipiente de agua, beba un (1) recipiente más de 16 onzas de agua durante 30 minutos. **DEBE** terminar toda el agua.

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

1. La mayoría de las personas siente distensión abdominal leve, calambres abdominales y náuseas. Esto es normal. Beber la solución más lentamente y durante el período de una a dos (1 a 2) horas puede ayudar a aliviar estos síntomas.
2. **DEJE de beber TODOS los líquidos dos (2) horas antes de la hora del ingreso, incluida el agua.**
3. Sus heces deben ser amarillas, transparentes y de aspecto acuoso.
4. Si todavía evacúa heces sólidas o tiene diarrea de color marrón, llame al 515.875.9145.



**OSCURAS Y  
TURBIAS  
NO ESTÁ BIEN**

**MARRONES  
Y TURBIAS  
NO ESTÁ  
BIEN**

**NARANJAS  
OSCURAS Y  
SEMITRANS-  
PARENTES  
NO ESTÁ BIEN**

**NARANJAS  
CLARAS Y  
MAYORMENTE  
TRANSPAREN-  
TES  
CASI LISTO**

**AMARILLAS Y  
TRANSPARENTES,  
COMO LA ORINA  
¡ESTÁ LISTO!**

## LO QUE DEBE HACER O TRAER EL DÍA DEL PROCEDIMIENTO

- ☐ Tarjetas del seguro, identificación con foto, directiva anticipada (si dispone de una).
- ☐ Lista de medicamentos y cirugías.
- ☐ Los inhaladores que use.
- ☐ Use ropa cómoda, no use sostenes con aros.
- ☐ Quítese TODAS las joyas y piercings.
- ☐ Deje las cosas de valor en casa.

## LO QUE DEBE ESPERAR

1. La duración aproximada de la estadía es de dos a tres (2 a 3) horas.
2. El conductor debe retirarse luego de dejarlo y se le indicará cuándo debe volver. Recuérdese que traiga un teléfono móvil.
3. Los medicamentos sedantes que se administran para la colonoscopia pueden causar olvidos y afectar el 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 varían según cada caso. Usted debe encargarse de consultar con su compañía aseguradora acerca de sus beneficios y cualquier tipo de autorización previa necesaria.
2. Su prueba se reprogramará si no cuenta con un conductor de 18 años o más que esté presente cuando lo deje en el centro. El conductor no debe programar ni planificar ninguna cita durante este tiempo.
3. **Tenga en cuenta que no debe consumir marihuana el día del procedimiento y que, si lo hace, el procedimiento será reprogramado.**

## CONSEJOS ÚTILES

1. Puede tener calambres intestinales hasta que las heces hayan salido del colon (esto puede tomar de dos a cuatro horas y a veces mucho más).
2. Para evitar que se le irrite la zona anal, puede hacer lo siguiente: usar toallitas húmedas para bebé o almohadillas Tucks, darse un baño de asiento con agua tibia o usar un rociador con agua tibia, y usar una pomada para las hemorroides si tiene hemorroides (retírela antes del examen). NO use 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](http://www.iowaclinic.com/prep-instructions). También puede enviarnos un mensaje a través del portal MyHealth durante el horario laboral habitual o llamar al 515.875.9115.



Escanee el  
código QR para  
ver las  
instrucciones de  
preparación.

## GUÍA PARA LA DIETA DE PREPARACIÓN ANTES DE UNA COLONOSCOPIA

**Dieta baja en fibra y residuos: comience AL MENOS cinco (5) días antes del procedimiento.**

A continuación se presenta una guía de los alimentos que puede comer mientras sigue una dieta baja en residuos antes de su procedimiento. En general, evite los alimentos duros o fibrosos y aquellos que contengan cereales integrales, frutos secos, semillas, cáscaras o colorante rojo. Una dieta baja en residuos le ayudará a obtener los mejores resultados de la preparación intestinal. **Si no está seguro de si un alimento es bajo en residuos, es mejor evitarlo mientras se prepara para el procedimiento.**

| Grupo de alimentos             | Alimentos permitidos                                                                                                                                                                                                                             | Alimentos que debe evitar                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Leche y lácteos                | Leche, bebidas de soya o de frutos secos (siempre que no tengan partículas), helado, yogur y queso.                                                                                                                                              | No consuma productos lácteos que contengan trozos de frutos secos, semillas o fruta.                                                                                                                   |
| Bebidas                        | Café, té, gaseosas, jugos sin pulpa, Kool-Aid (sin colorante rojo), Boost, Ensure u otros suplementos nutricionales sin fibra agregada.                                                                                                          | No consuma bebidas con pulpa, semillas, fibra agregada o jugo de ciruelas pasas.                                                                                                                       |
| Pan, cereales y almidones      | Cualquier pan elaborado con harina refinada, incluidos los muffins ingleses, el pan pita, los panecillos, los muffins, las galletas saladas, los panqueques, los waffles, Cheerios, Corn Flakes, Rice Krispies, arroz blanco y pastas refinadas. | No consuma cereales integrales, avena, granola, alimentos que contengan semillas o frutos secos, pan de maíz, galletas Graham, arroz integral o silvestre, cáscara de papa ni quinoa.                  |
| Frutas                         | Fruta enlatada o cocida sin piel ni semillas, puré de manzana, bananas maduras y salsa de arándanos en gelatina.                                                                                                                                 | No consuma frutas crudas (excepto bananas maduras), piña enlatada, naranjas, mezclas de frutas, frutas secas, salsa de arándanos enteros ni aguacate.                                                  |
| Verduras                       | Verduras tiernas, bien cocidas, enlatadas o congeladas, sin semillas ni cáscara, como zanahorias o remolachas peladas, jugo colado de verduras o salsa de tomate.                                                                                | No consuma verduras crudas ni ninguna cocida que sea dura o fibrosa como el brócoli, los espárragos, el repollo, las espinacas, etc.                                                                   |
| Carne y sustitutos de la carne | Pescado, aves, carne de res o cerdo tiernos y cocidos, huevos, tofu y mantequillas cremosas de frutos secos.                                                                                                                                     | No consuma cartílago ni partes duras de la carne, fiambres ni salchichas, sustitutos de la carne elaborados con cereales integrales, semillas o trozos de frutos secos, frijoles, arvejas ni lentejas. |
| Varios                         | Sal, azúcar, especias molidas o en hojuelas, chocolate y cualquier condimento líquido o de consistencia suave, como ketchup, salsa de soya, mayonesa o jalea (pero no mermelada ni conservas de fruta).                                          | No consuma pimienta, especias con semillas ni otras semillas, frutos secos, palomitas de maíz, encurtidos ni aceitunas.                                                                                |

### Dieta de líquidos claros

- Agua
- Refrescos de colores claros
- Té o café (solo negro, sin crema)
- Jugos claros
- Gatorade u otras bebidas deportivas (que no sean rojas ni moradas)
- Caldo de pollo, de res y de verduras; caldo en cubitos
- Gelatina Jell-O® (que no sea roja ni morada)
- Paletas heladas (que no sean rojas ni moradas)

## CONSIDERACIONES SOBRE LOS MEDICAMENTOS

1. **Continúe tomando la aspirina recetada.**
2. Es posible que deba dejar de tomar **medicamentos anticoagulantes** antes de su procedimiento. Llame a nuestro consultorio al 515.875.9115 si no recibió las instrucciones.
  - Los medicamentos anticoagulantes incluyen los siguientes: prasugrel (Effient®), warfarina (Coumadin®), clopidogrel (Plavix®), dabigatrán (Pradaxa®), rivaroxabán (Xarelto®), apixabán (Eliquis®), enoxaparina (Lovenox®) o ticagrelor (Brilinta®).
3. Es posible que deba ajustar su medicación para la **diabetes** y la frecuencia o forma de controlar su glucemia durante la fase de preparación del colon.  
**Llame a su proveedor de atención primaria para obtener instrucciones.**
4. **La simeticona** administrada durante la preparación intestinal para la colonoscopia puede reducir significativamente la presencia de burbujas de gas y la formación de espuma, lo que permite una mejor visualización del colon. La visualización clara de la pared del colon es esencial para detectar pólipos u otras anomalías. **Esto es opcional, NO obligatorio.**

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

