



## EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

# Guía del paciente para colonoscopia por la tarde con preparación de dosis dividida utilizando MiraLAX

Esta información le ayudará a prepararse para la colonoscopia por la tarde en Memorial Sloan Kettering Cancer Center (MSK).

Una colonoscopia es un examen del colon completo (intestino grueso). Su médico utilizará un tubo flexible llamado colonoscopio para ver el interior del colon en un monitor de video. Durante el procedimiento, su médico puede extraer una pequeña muestra de tejido (biopsia) para realizar pruebas, extraer un pólipo (crecimiento de tejido) y tomar fotografías del interior del colon.

Los intestinos deben estar limpios y vacíos antes de la colonoscopia. Esta información describe la preparación de los intestinos que su médico quiere que usted siga el día antes al procedimiento.

## ■ 1 semana antes del procedimiento

### Pregunte acerca de los medicamentos

Es posible que necesite dejar de tomar o cambiar la dosis de algunos de sus medicamentos antes del procedimiento. Hemos incluido algunos ejemplos comunes a continuación.

- Si toma un medicamento para diluir la sangre, como para tratar los coágulos sanguíneos o prevenir un ataque cardíaco o ataque cerebrovascular, pregunte al médico que se lo receta cuándo dejar de tomarlo. Entre los ejemplos de anticoagulantes están warfarina (Coumadin®), dalteparina (Fragmin®), heparina, tinzaparina (Innohep®), enoxaparina (Lovenox®), clopidogrel (Plavix®) y cilostazol (Pletal®). Existen varios anticoagulantes nuevos, por lo tanto, consulte con el médico si no está seguro.
- Si está tomando insulina u otros medicamentos para diabetes, es posible que necesite cambiar la dosis. Pregunte al médico que le receta el medicamento para la diabetes qué debe hacer el día antes y la mañana del procedimiento.
- Si habitualmente toma laxantes para la constipación, necesitará aumentar la cantidad que toma comenzando 1 semana antes de la colonoscopia. Si no está seguro qué tomar o si tiene alguna pregunta, llame al consultorio del médico.

### Obtenga una carta de su médico, de ser necesario

Si tiene un desfibrilador cardioversor automático implantable (AICD, por sus siglas en inglés), deberá obtener una carta de autorización de su cardiólogo antes del procedimiento.

### Haga arreglos para que alguien lo lleve a casa

Debe hacer que alguien de 18 años de edad o más lo lleve a casa después del procedimiento. Llame a una de las agencias que se enumeran a continuación si no tiene a alguien que pueda hacerlo. Le ayudarán a encontrar a alguien que lo lleve a casa.

En Nueva York:

Partners in Care (888) 735-8913

Prime Care (212) 944-0244

En Nueva York o Nueva Jersey:

Caring People (877) 227-4649

### Coma una dieta baja en residuos

Debe comenzar a comer una dieta baja en residuos 7 días antes de la colonoscopia. Una dieta baja en residuos es una dieta en la cual usted come muy pocos alimentos altos en fibra o que son difíciles de digerir por su cuerpo. La fibra está compuesta de material vegetal que no puede ser digerido completamente por el cuerpo. Ejemplos de alimentos altos en fibra incluyen panes y cereales de grano entero, nueces, semillas y frutas frescas o secas. Al evitar estos alimentos antes de la colonoscopia, usted puede asegurarse de que el colon estará limpio para el procedimiento.

	Coma	Evite
<b>Granos</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Pan blanco</li><li>▪ Galletas saladas comunes, como <i>saltines</i></li><li>▪ Cereales cocidos, como crema de trigo o sémola</li><li>▪ Cereales fríos, como copos de maíz o arroz inflado</li><li>▪ Arroz blanco, fideos y pastas</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Semillas, nueces y coco</li><li>▪ Productos de grano entero, como pastas, cereales, galletas saladas y panes</li></ul>
<b>Frutas y vegetales</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Vegetales frescos bien cocidos o enlatados sin semillas, como puntas de espárragos, remolachas, ejotes, zanahorias, hongos, espinaca, zapallito (sin semillas) y calabaza</li><li>▪ Papas cocidas sin la piel</li><li>▪ Bananas maduras</li><li>▪ Melón, como cantalupo y rocío de miel</li><li>▪ Frutas enlatadas o cocidas sin semillas ni piel, como salsa de manzana o peras enlatadas</li><li>▪ Aguacate</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ La mayoría de los vegetales crudos</li><li>▪ La mayoría de las frutas crudas o secas, como piñas, pasas de uva e higos</li><li>▪ Ciertos vegetales cocidos, incluyendo chícharos, brócoli, zapallo, repollitos de Bruselas, repollo, maíz (y pan de maíz), cebollas, coliflor y papas con la piel</li></ul>
<b>Carnes y proteína</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Carnes magras y tiernas, incluyendo res, cordero, pollo, pescado y cerdo</li><li>▪ Huevos</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Frijoles</li><li>▪ Lentejas</li><li>▪ Tofu</li></ul>
<b>Refrigerios</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Pasteles y galletas dulces comunes</li><li>▪ Gelatina, budines, flanes y sorbetes</li><li>▪ Helados y paletas heladas</li><li>▪ Caramelos duros</li><li>▪ Pretzels</li><li>▪ Obleas de vainilla</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Mantequilla de maní</li><li>▪ Jalea, mermelada y conservas</li><li>▪ Palomitas de maíz</li></ul>
<b>Bebidas</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Café y té</li><li>▪ Bebidas carbonatadas</li><li>▪ Leche</li><li>▪ Jugo de manzana, jugo de naranja sin pulpa y jugo de arándanos</li><li>▪ Jugos de vegetales colados</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Jugos de fruta con pulpa o semillas</li><li>▪ Jugo de ciruela pasa</li><li>▪ Néctares</li></ul>

Este también es un buen momento para abastecerse de líquidos claros para beber el día antes del procedimiento.

### ■ 3 días antes del procedimiento

Algunos días antes del procedimiento, recibirá una llamada telefónica de una enfermera especializada en endoscopía, quien repasará con usted las instrucciones en esta guía y le hará preguntas acerca de su historial médico. La enfermera también repasará los medicamentos y le dirá cuáles tomar la mañana del procedimiento. Use el espacio a continuación para apuntarlos.

Medicamentos que debe tomar la mañana del procedimiento ✍	
_____	_____
_____	_____
_____	_____

### ■ 2 días antes del procedimiento:

#### Compre los suministros

Compre los suministros que necesitará para prepararse para la colonoscopia, que incluye:

- Dos tabletas de 5 mg de bisacodyl (Dulcolax®). En general se venden en una caja de 10 tabletas.
- 238 gramos de polietilenglicol (MiraLAX®)
- 64 onzas de cualquier líquido claro de su elección que no sea rojo, púrpura o naranja.
  - Recomendamos que consiga una bebida deportiva como Gatorade® o Powerade® para reemplazar los electrolitos que perderá con la preparación intestinal.

Puede comprarlos todos sin receta. Usted no necesita una receta.

### ■ 1 día antes del procedimiento:

#### Prepare la preparación intestinal MiraLAX®

En la mañana antes del procedimiento, vierta la totalidad de los 238 gramos del polvo MiraLAX® en 64 onzas de un líquido claro a temperatura ambiente. Con la tapa colocada, sacuda el frasco hasta que el polvo se disuelva. Coloque el frasco en el refrigerador. Los pacientes nos han contado que tiene mejor sabor cuando se lo enfría. No mezcle el MiraLAX® antes de la mañana anterior al procedimiento.

#### Horario del procedimiento

Un empleado de la Oficina de Admisión le llamará el día antes del procedimiento después de las 2:00 pm. Le dirá a qué hora debe llegar al hospital para el procedimiento. Si el procedimiento está programado para un lunes, le llamarán el viernes anterior. Si no recibe una llamada, llame al (212) 639-7882.

#### Siga una dieta de líquidos claros

Necesitará seguir una dieta líquidos claros el día anterior al procedimiento. No coma ningún alimento sólido todo el día antes del procedimiento. No beba nada rojo, púrpura ni naranja el día anterior a la colonoscopia. Asegúrese de beber suficientes líquidos además de agua, café y té. Beber suficientes líquidos es una parte

importante de la preparación para la colonoscopia. Trate de beber al menos un vaso de 8 onzas cada hora mientras esté despierto.

No beba líquidos dietéticos, incluso si tiene diabetes. Necesitará las calorías de las clases de líquidos que describimos a continuación para no sentirse débil.

	Beba	Evite
<b>Sopas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Caldo claro, caldo tipo <i>bouillon</i> o consomé</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cualquier producto que tenga alguna partícula de alimento seco o aderezo</li> </ul>
<b>Dulces</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gelatina (como Jello®)</li> <li>Helados saborizados</li> <li>Puede utilizar endulzantes, como azúcar o miel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cualquier alimento de color roja, púrpura o naranja</li> </ul>
<b>Bebidas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jugos de fruta claros, como de arándano blanco, uva blanca, manzana</li> <li>Refrescos, como 7-Up®, Sprite®, refresco de jengibre (ginger ale), agua de soda (seltzer), Gatorade®</li> <li>Café negro (sin crema)</li> <li>Té</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jugo con pulpa</li> <li>Néctares</li> <li>Leche</li> <li>Bebidas alcohólicas</li> </ul>

**A las 3:00 pm el día antes del procedimiento,** tome 2 tabletas de bisacodyl por boca con un vaso de agua.

**A las 5:00 pm el día antes del procedimiento,** comience a beber la preparación intestinal MiraLAX®. Beba un vaso de 8 onzas de la mezcla cada 10 a 15 minutos por un total de 4 veces hasta que haya bebido la mitad del frasco. Guarde el resto del frasco en el refrigerador hasta la mañana siguiente.

- Las evacuaciones en general comienzan dentro de 1 hora de beber la primer dosis, sin embargo, para algunas personas puede tomar más tiempo.
- Aplice gelatina de petróleo (Vaseline®) o ungüento A & D® a la piel alrededor del ano después de cada evacuación. Esto ayuda a evitar la irritación.
- Puede continuar bebiendo líquidos claros durante la noche, pero no es necesario.

## ■ El día del procedimiento

**Termine la preparación intestinal MiraLAX®**

**A las 6:00 am de la mañana del procedimiento,** beba la segunda mitad de la solución MiraLAX®. Beba un vaso de 8 onzas cada 10 a 15 minutos hasta terminar el frasco. Debe terminar el frasco de MiraLAX® para las 8:00 am.

- ! No coma ni beba nada después de las 8:00 am en la mañana antes del procedimiento.**
- Esto incluye agua, goma de mascar y caramelos duros.**

## **Cosas para recordar**

- Tome únicamente los medicamentos que le indicaron tomar en la mañana del procedimiento. Es posible que lo haya apuntado en la primera página de esta guía. Tómelos con unos pocos sorbos de agua.
- No se aplique ninguna loción, crema, talco, maquillaje ni perfume.
- Retire cualquier joya que tenga, incluyendo las perforaciones corporales.
- Deje todos los objetos valiosos, como tarjetas de crédito y joyas, en casa.
- Si usa lentes de contacto, en su lugar, use anteojos.

## **Qué traer con usted**

- Una lista de los medicamentos que toma en casa
- El inhalador de rescate (como albuterol para el asma), si lo tiene
- Un estuche para los anteojos
- El formulario del Poder de Atención Médica, si lo completó

## **Dónde estacionar**

Hay estacionamiento disponible en el garaje de Memorial Sloan-Kettering sobre East 66<sup>th</sup> Street entre las avenidas First y York. Para llegar al garaje, ingrese a East 66<sup>th</sup> Street desde York Avenue. El garaje está ubicado aproximadamente a 1/4 de calle hacia First Avenue, sobre el lado derecho (norte) de la calle. Un túnel para transeúntes conecta el garaje con el hospital. También hay garajes comerciales cercanos: 4 en East 69<sup>th</sup> Street entre las avenidas First y Second y 3 en East 65<sup>th</sup> Street entre las avenidas First y Second. En caso de preguntas acerca de los precios, llame al (212) 639-2338.

## **Dónde ir**

El procedimiento tendrá lugar en la Suite de Endoscopia en el hospital principal, que está ubicado en 1275 York Avenue. Tome el elevador M al 2<sup>do</sup> piso.

Si estacionó en el garaje en 66<sup>th</sup> Street y York Avenue, siga los letreros hasta el elevador A. Tome el elevador A al 2<sup>do</sup> piso e ingrese a la Suite de Endoscopia atravesando las puertas de vidrio.

## **Qué esperar**

Una vez que llega al hospital, los médicos, las enfermeras y otros miembros del personal le pedirán que declare y delectree su nombre y la fecha de nacimiento muchas veces. Esto es por su seguridad. Es posible que pacientes con el mismo nombre o nombres similares se realicen procedimientos el mismo día.

Después de cambiarse a una bata de hospital, conocerá a la enfermera que le colocará un catéter intravenoso (IV) en una vena, en general en la mano o el brazo. Primero recibirá fluidos a través del IV, pero más tarde se utilizará para administrarle anestesia (el medicamento que lo adormecerá). El médico le explicará el procedimiento, y responderá cualquier pregunta que usted tenga.

Cuando sea el momento del procedimiento, lo llevarán a la sala de procedimientos y lo ayudarán a recostarse en la mesa examinadora. Se lo conectará al equipo para controlar el corazón, la respiración y la presión arterial. También recibirá oxígeno a través de la nariz. Estará recostado sobre su lado izquierdo con las rodillas dobladas.

Recibirá anestesia a través de la IV, que lo hará quedarse dormido. Cuando esté dormido, el médico le examinará el recto. Luego, se introducirá un tubo flexible llamado colonoscopio en el recto. El colonoscopio

está conectado a un monitor de video. Esto permite al médico ver el interior del colon. El médico utilizará aire y fluido para mover el colonoscopio a lo largo del colon mientras busca cualquier cosa inusual en el monitor de video.

## ■ Después del procedimiento

### En la sala de recuperación

Usted despertará en la sala de recuperación. La enfermera continuará controlando su corazón, respiración y presión arterial. Muchos pacientes se sienten hinchados y tienen calambres estomacales después de una colonoscopia. Esto es normal y desaparece al eliminar gases. Una vez que esté completamente despierto, la enfermera retirará la IV. Si alguien lo está esperando, la enfermera les explicará las instrucciones del alta a ambos antes de que se vayan a casa.

### En casa

- Si le han realizado una biopsia, es posible que observe unas pocas gotas de sangre que salen del recto. Esto es normal después de una biopsia, sin embargo, no debe haber más que unas pocas gotas y no debe durar más de 24 horas.
- Puede retomar sus actividades normales en 24 horas después del procedimiento.
- No tome bebidas alcohólicas durante 24 horas después del procedimiento.
- Comience a comer alimentos livianos tan pronto como le den el alta. Aumente gradualmente hasta llegar a su dieta normal. Si el médico quiere que limite su dieta por un período de tiempo, se lo dirá.

### Llame al médico o enfermera si tiene:

- Temperatura de 101° F (38.3° C) o más
- Fuerte dolor de estómago o estómago duro
- Sangrado del recto que dura más de 24 horas
- Sangrado entre evacuaciones
- Debilidad, desvanecimiento o náusea
- Sangrado abundante

Si tiene algunas preguntas o inquietudes, hable con su médico, enfermera u otro miembro del equipo de atención de su salud. Puede comunicarse con ellos de lunes a viernes de 9:00 am a 5:00 pm al \_\_\_\_\_. Después de las 5:00 pm, durante los fines de semana y días festivos, llame al \_\_\_\_\_. Si no se indica un número o no está seguro, llame al (212) 639-2000.