



EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

Cómo prepararse para la colonoscopia utilizando MiraLAX®

Esta información le ayudará a prepararse para la colonoscopia en la que se utiliza polietilenglicol (MiraLAX®).

Una colonoscopia es un examen que permite que su médico pueda ver el interior del colon (intestino grueso). El médico utilizará un colonoscopio (sonda flexible con una cámara en la punta) para ver el interior del colon en un monitor de video. Durante el procedimiento, el médico puede:

- Extraer una pequeña muestra de tejido (biopsia) para evaluarla.
- Extraer un pólipo (crecimiento tisular).
- Tomar fotos del interior del colon.

Antes de su procedimiento, asegúrese de seguir cuidadosamente estas instrucciones. Tendrá que hacer una preparación intestinal para vaciar su colon antes del procedimiento. Es muy importante que el colon esté vacío para la colonoscopia. Si hay heces dentro del colon, probablemente el médico no podrá ver los pólipos u otros problemas dentro del colon y es posible que usted deba repetirse el procedimiento. Si tiene preguntas, comuníquese con el consultorio del médico.

Una semana antes del procedimiento

Organice que alguien lo lleve a casa

Debe contar con una persona responsable que le lleve a casa después de su procedimiento. Una persona responsable es alguien que le ayude a llegar bien a casa y que se comunique con los proveedores de cuidados de la salud en caso de

que usted tenga alguna inquietud. Haga los arreglos necesarios antes del día de su procedimiento.

Si no tiene una persona responsable que le lleve a casa, entonces llame a una de las agencias que se indican a continuación. Ellas se encargarán de enviar a alguien que le lleve a casa. Generalmente este servicio se cobra y usted tendrá que proporcionar el transporte. Está bien tomar un taxi o un servicio de auto pero, aun así, debe contar con un cuidador responsable para que le acompañe.

Agencias de Nueva York

Partners in Care: 888-735-8913

Caring People: 877-227-4649

Agencias de Nueva Jersey

Caring People: 877-227-4649

Pregunte sobre sus medicamentos

Tal vez deba dejar de tomar alguno de sus medicamentos antes de su procedimiento. Hable con su médico para que le indique qué medicamentos puede dejar de tomar sin que haya riesgo alguno. A continuación le brindamos algunos ejemplos habituales.

Anticoagulantes

Si toma un anticoagulante, por ejemplo, para tratar coágulos o prevenir un ataque cardíaco o una apoplejía, pregúntele al médico que se lo receta cuándo debe dejar de tomarlo. Se brindan algunos ejemplos en el cuadro titulado “Anticoagulantes comunes”. Existen otros, así que consulte a su médico si no está seguro.

Anticoagulantes comunes		
<ul style="list-style-type: none">• apixaban (Eliquis®)• cilostazol (Pletal®)• clopidogrel (Plavix®)• dalteparin (Fragmin®)	<ul style="list-style-type: none">• enoxaparin (Lovenox®)• fondaparinux (Arixtra®)• heparin	<ul style="list-style-type: none">• rivaroxaban (Xarelto®)• tinzaparin (Innohep®)• warfarin (Coumadin®)

Medicamentos para la diabetes

Si toma insulina u otros medicamentos para la diabetes, tal vez deba modificar la dosis. Pregúntele al médico que le receta los medicamentos para la diabetes qué debe hacer en la mañana del día anterior y en la mañana del día del procedimiento.

Informe al médico que ingerirá una dieta de líquidos claros sin azúcar el día antes del procedimiento.

Si toma metformin (como Glucophage® o Glumetza®) o un medicamento que contenga metformin (como Janumet®), no lo tome el día de su procedimiento ni el día anterior.

Avísele al médico si tiene un cardiodesfibrilador automático implantable

Avísele al médico de Memorial Sloan Kettering (MSK) si tiene un cardiodesfibrilador automático implantable (AICD).

Pídale una carta al médico, de ser necesario

- Si tiene un cardiodesfibrilador automático implantable (AICD), el cardiólogo (el médico del corazón) debe darle una carta de autorización antes del procedimiento. Una carta de autorización es una carta en la que su médico expresa que puede hacerse el procedimiento de manera segura.
- Si ha tenido dolores en el pecho, mareos, problemas para respirar que son nuevos o que hayan empeorado; o ha sufrido un desmayo en las últimas 6 semanas, entonces tendrá que ser atendido por un médico y obtener una carta de autorización de su médico antes de su procedimiento.

El consultorio de su médico de MSK debe recibir su carta de autorización al menos 1 día antes de su procedimiento.

Compre los artículos necesarios

Para hacer la preparación intestinal, tendrá que comprar los siguientes materiales:

- 4 tabletas (5 mg) de bisacodyl (Dulcolax®). En general, se vende en cajas de 10 tabletas.
- 1 frasco (238 gramos) de polietilenglicol (MiraLAX®).
- 64 onzas (1.90 litros) de cualquier líquido claro que no sea rojo, violeta ni anaranjado. Tendrá que mezclar esto con el MiraLAX. Guárdelo a temperatura

ambiente.

- Una bebida deportiva como Gatorade® o Powerade® es una buena opción. Las bebidas deportivas le ayudarán a reemplazar los electrolitos que perderá durante la preparación intestinal.
- Si tiene diabetes, asegúrese de tomar líquidos claros sin azúcar.

Algunas personas podrían necesitar otros insumos. Para ver si necesita otros insumos, responda las preguntas a continuación:

- ¿Tiene tendencia al estreñimiento (defecar menos de lo normal para usted) o a tener menos de 3 defecaciones por semana?
- ¿Toma medicamentos narcóticos (opioides), como fentanyl (Duragesic®, Subsys®) morphine (DepoDur®, Duramorph®), hydrocodone (Vicodin®) u oxycodone (Oxycontin®, Percocet®)? Si no está seguro, pregunte a su proveedor de cuidados de la salud.
- ¿Le han hecho alguna colonoscopia para la cual no se preparó bien en el pasado? O sea, que durante la colonoscopia su proveedor de cuidados de la salud encontró heces en su colon.

Si respondió afirmativamente a cualquiera de las preguntas, también debe comprar los siguientes artículos:

- 3 dosis (17 gramos) de MiraLAX (total de 51 gramos).
 - Puede comprar 1 botella pequeña adicional (119 gramos) o los paquetes.
- Más líquidos para una dieta completamente líquida.
 - En la sección “2 días antes del procedimiento” hay ejemplos de lo que puede beber.

5 días antes de su procedimiento

Deje de tomar suplementos de hierro

Si toma un suplemento de hierro, deberá dejar de tomarlo 5 días antes de su procedimiento. Los suplementos de hierro pueden provocar cambios de color en

sus heces, lo que puede dificultar que su médico vea el colon con claridad.

3 días antes de su procedimiento

Evite determinados alimentos

Debe seguir una dieta de bajo contenido de fibra a partir de 3 días antes de la colonoscopia. Durante este período, no coma lo siguiente:

- Frutas y verduras crudas (frescas)
- Maíz de grano entero, incluido el maíz enlatado
- Granos enteros (como avena, arroz integral, quinoa o pan integral)
- Semillas (como amapola o sésamo)
- Frutos secos

Hable con su enfermero de endoscopia

Algunos días antes de su procedimiento, recibirá una llamada de un enfermero de endoscopia. El enfermero repasará con usted las instrucciones incluidas en esta guía y le hará preguntas sobre su historial clínico. El enfermero también repasará sus medicamentos y le dirá cuáles tomar en la mañana del procedimiento.

Escríbalos en el espacio a continuación.



_____	_____
_____	_____
_____	_____

2 días antes del procedimiento

No comience su dieta de líquidos claros hasta el día antes de su procedimiento si ocurre lo siguiente:

- Usted no tiene generalmente estreñimiento
- No toma medicamentos narcóticos (opioides)

- No le han hecho una colonoscopia con una mala preparación en el pasado

Evite las frutas y las verduras crudas, el maíz de grano entero, los cereales, las semillas y los frutos secos. Pase a la siguiente sección “El día antes del procedimiento”.

Si usted generalmente padece estreñimiento, toma medicamentos narcóticos o le hicieron una colonoscopia con una mala preparación en el pasado:

- Tome una tapa (17 gramos) de MiraLAX mezclado con 8 onzas (236 ml) de líquido en el desayuno, el almuerzo y la cena.
- Siga una dieta líquida. En una dieta completamente líquida puede ingerir lo siguiente:
 - Yogur (sin ningún trozo de fruta)
 - Jugos de fruta sin pulpa
 - Refresco con gas
 - Caldos o sopas crema coladas, de forma que no queden trozos de vegetales
 - Suplementos nutricionales
 - Helados cremosos y de fruta (sin trozos de frutas)

El día antes de su procedimiento

Haga la preparación intestinal MiraLAX

En la mañana del día antes del procedimiento, mezcle los 238 gramos del polvo MiraLAX con 64 onzas (1.9 litros) de un líquido claro a temperatura ambiente hasta que el polvo MiraLAX se disuelva.

Una vez que el MiraLAX esté disuelto, puede colocar la mezcla en el refrigerador. A muchas personas les gusta más el sabor cuando está frío.

No mezcle el MiraLAX antes de la mañana del día antes del procedimiento.

Siga una dieta de líquidos claros

Deberá seguir una dieta de líquidos claros el día antes de su procedimiento. En la tabla que aparece en esta sección se incluyen ejemplos de líquidos claros.

- No coma ningún alimento sólido.
- No beba nada de color rojo, violeta ni anaranjado.
- Asegúrese de tomar una cantidad suficiente de líquidos aparte de agua, café y té. Esto ayuda a garantizar que ingiera suficientes calorías y es una parte importante de la preparación para la colonoscopia. Trate de tomar por lo menos un vaso (8 onzas) de líquido cada hora mientras esté despierto.
- Si tiene diabetes, debe beber solo líquidos claros sin azúcar y controlarse el nivel de azúcar en la sangre con frecuencia. Si tiene preguntas, hable con su proveedor de cuidados de la salud.

Dieta de líquidos claros		
	Tome	No tome
Sopas	<ul style="list-style-type: none"> • Caldo o consomé 	<ul style="list-style-type: none"> • Productos con partículas de alimentos o condimentos secos
Dulces	<ul style="list-style-type: none"> • Gelatina, como Jell-O® • Hielo de sabores • Caramelos solubles, como Life Savers® 	<ul style="list-style-type: none"> • Alimentos de color rojo, violeta o anaranjado
Bebidas	<ul style="list-style-type: none"> • Jugos de frutas claros, como de manzana, arándano blanco, limonada o uva blanca • Refrescos con gas, como 7-Up®, Sprite®, ginger ale o seltzer • Gatorade® • Café negro • Té • Agua 	<ul style="list-style-type: none"> • Jugos con pulpa • Néctares • Leche o crema • Bebidas alcohólicas • Alimentos de color rojo, violeta o anaranjado

Fíjese en la hora del procedimiento

Un integrante del personal le llamará después del mediodía del día anterior a su procedimiento. El integrante del personal le dirá a qué hora debe llegar al hospital

para su procedimiento. Si el procedimiento se programa para un lunes, entonces se le llamará el viernes anterior. Si no recibe la llamada, llame al consultorio del médico.

Si debe cancelar el procedimiento, llame al médico que lo programó.

Comience con la preparación intestinal

Paso 1: a las 4:00 PM del día antes del procedimiento, tome 2 tabletas de bisacodyl (5 mg) por la boca con un vaso de agua.

Paso 2: a las 4:15 PM comience a tomar la mezcla MiraLAX.

1. A las **4:15 PM**, tome 1 vaso (8 onzas o 236 ml) de la mezcla.
2. A las **4:30 PM**, beba 1 vaso (8 onzas o 236 ml) de la mezcla.
3. A las **4:45 PM**, tome 1 vaso (8 onzas o 236 ml) de la mezcla.
4. A las **5:00 PM**, beba 1 vaso (8 onzas o 236 ml) de la mezcla.

Tiene que tomar 4 vasos de la mezcla en total.

- Cuando haya terminado, sobrará la mitad de la mezcla MiraLAX. Guarde el resto en el refrigerador para la segunda mitad de la preparación.
- Las defecaciones generalmente comienzan en el plazo de 1 hora después de beber la primera dosis, pero es posible que tarden más en el caso de algunas personas.
 - No se preocupe si no comienza a defecar después de beber la primera mitad de MiraLAX. Continúe bebiendo líquidos y comience la segunda mitad de MiraLAX según las indicaciones.
- Aplíquese petroleum jelly (Vaseline®) o pomada A&D® en la piel que rodea el ano después de cada defecación. Esto ayuda a prevenir la irritación.
- Continúe bebiendo líquidos claros para permanecer hidratado y limpiar el colon.

Paso 3 (Si le indicaron que llegara al procedimiento antes de las 11:00

AM):

Si le indicaron que llegara al procedimiento antes de las 11:00 AM, siga estas instrucciones la noche antes del procedimiento:

A las **11:00 PM**, tome 2 tabletas de bisacodyl por la boca con un vaso de agua. A continuación, comience la segunda mitad de la mezcla MiraLAX.

1. A las **11:15 PM**, tome 1 vaso (8 onzas o 236 ml) de la mezcla.
2. A las **11:30 PM**, tome 1 vaso (8 onzas o 236 ml) de la mezcla.
3. A las **11:45 PM**, tome 1 vaso (8 onzas o 236 ml) de la mezcla.
4. A las **12:00 AM (medianoche)**, tome 1 vaso (8 onzas o 236 ml) de la mezcla.

Asegúrese de tomar toda la mezcla MiraLAX.

- Puede continuar bebiendo líquidos claros hasta 4 horas antes de su hora de llegada programada.
- No coma nada hasta después del procedimiento.

El día de su procedimiento

Paso 3 (Si le indicaron que llegara para el procedimiento a las 11:00 AM o más tarde):

Si le indicaron que llegara al procedimiento a las 11:00 AM o más tarde, siga estas instrucciones la mañana del procedimiento:

A las **6:00 AM**, tome 2 tabletas de bisacodyl por boca con un vaso de agua. A continuación, comience la segunda mitad de la mezcla MiraLAX.

1. A las **6:15 AM**, tome 1 vaso (8 onzas o 236 ml) de la mezcla.
2. A las **6:30 AM**, tome 1 vaso (8 onzas o 236 ml) de la mezcla.
3. A las **6:45 AM**, tome 1 vaso (8 onzas o 236 ml) de la mezcla.
4. A las **7:00 AM**, tome 1 vaso (8 onzas o 236 ml) de la mezcla.

Asegúrese de tomar toda la mezcla MiraLAX.

- Puede continuar bebiendo líquidos claros hasta 4 horas antes de su hora de llegada programada.
- No coma nada hasta después del procedimiento.

Algunos aspectos que se deben recordar

- Tome solo los medicamentos que le indicaron tomar en la mañana del procedimiento. Tómelos con unos sorbos de agua.
- No se ponga lociones, crema ni talco en el pecho ni en los brazos.
- Quítese todas las joyas, incluso las que tenga puestas en perforaciones del cuerpo.
- Deje en casa todos los objetos de valor, como tarjetas de crédito y joyas. No tenemos casilleros donde se puedan guardar los objetos valiosos.
- Si usa lentes de contacto, quíteselos y mejor póngase anteojos.

Qué debe traer

- Una lista de los medicamentos que toma en casa
- Si tiene un marcapasos implantado o un desfibrilador cardioversor (AICD), traiga su tarjeta.
- Su inhalador de rescate para el asma (como albuterol: Proventil®, Ventolin®), si tiene
- Un estuche para los anteojos
- El formulario Health Care Proxy, si llenó uno

A dónde ir

El procedimiento se llevará a cabo en uno de los siguientes lugares:

- Sala de endoscopia del Memorial Hospital (el principal hospital de MSK)**
1275 York Avenue (entre la calle East 67th y la calle East 68th)

Nueva York, NY 10065

Tome el ascensor M hasta el 2.º piso. Ingrese a la sala de endoscopia por las puertas de vidrio.

MSK Monmouth

480 Red Hill Road

Middletown, NJ 07748

Qué esperar

Una vez que llegue, se le solicitará que indique y delectree su nombre y fecha de nacimiento muchas veces. Esto se hace por su seguridad. Es posible que haya personas con el mismo nombre o con nombres parecidos que deban hacerse procedimientos el mismo día.

Cuando llegue el momento de cambiarse para el procedimiento, recibirá un camisón, una bata de hospital y calcetines antideslizantes.

Antes del procedimiento hablará con el médico. El médico le explicará el procedimiento y responderá las preguntas que tenga.

Hablará con el anesestesiólogo. El anesestesiólogo repasará su historia clínica con usted y le hablará sobre el tipo de anestesia (medicamento que le pondrá a dormir) que recibirá.

Una vez que llegue la hora del procedimiento, usted será conducido al interior de la sala donde este se llevará a cabo y lo ayudarán a colocarse sobre la mesa de exploración. Se acostará sobre el costado izquierdo con las rodillas dobladas.

El anesestesiólogo le colocará una vía intravenosa (IV) en la vena, generalmente del brazo o de la mano. Usted recibirá anestesia a través de la vía IV, la cual le pondrá a dormir. Una vez que esté dormido, su médico comenzará el procedimiento.

El médico le colocará un colonoscopio en el recto. El colonoscopio está conectado a un monitor de video. Esto le permite al médico observar el interior del colon. El médico utilizará aire y líquido para mover el colonoscopio a través del colon mientras busca cualquier cosa inusual en el monitor de video.

El procedimiento generalmente tarda menos de 60 minutos (1 hora).

Preguntas frecuentes (FAQs)

Estoy tomando la mezcla y comencé a tener heces sueltas y aguadas antes de terminarlo. ¿Todavía debo tomar toda la mezcla?

Sí. Debe tomar toda la mezcla para limpiar totalmente su colon para que se le pueda hacer una colonoscopia completa y segura.

Siento que voy a vomitar (náuseas) o vomité después de tomar la mezcla para la preparación intestinal. ¿Qué debo hacer?

Puede que algunas personas sientan náuseas al tomar la mezcla para la preparación intestinal. Para facilitar esto, pruebe mezclar el polvo MiraLAX con líquidos claros que le gusten.

Si siente náuseas, debería beber despacio y tomar un descanso. Esto quiere decir que debería dejar de tomar el líquido durante 30 o 45 minutos para permitir que su estómago se vacíe. Mientras hace una pausa, coloque el líquido en el refrigerador. Tras la pausa, intente beber el líquido lentamente. Utilice una pajita si tiene una.

Si vomita, tómese una pausa de 30 a 45 minutos. Si tiene un medicamento contra las náuseas en casa, puede tomar 1 dosis antes de volver a tomar la mezcla. Puede tomar cualquier líquido claro que guste para mantenerse hidratado. Es importante que tome todo el líquido de la mezcla para limpiar totalmente su colon para que se le pueda hacer una colonoscopia completa y segura.

Después de su procedimiento

El enfermero continuará monitoreando el corazón, la respiración y la presión arterial. Muchas personas se sienten hinchadas y tienen calambres estomacales después de la colonoscopia. Esto es normal y desaparece al expulsar gases.

Una vez que usted esté completamente despierto, el enfermero le retirará la vía IV. Si alguien le está esperando, el enfermero les explicará a ambos las instrucciones al ser dado de alta antes de que se vaya a casa.

En casa

- Puede comenzar a ingerir alimentos livianos tan pronto como le den el alta. Evite los alimentos condimentados, grasosos o fritos los primeros días. Reanude poco a poco su dieta normal. Si el médico desea que limite su dieta durante un tiempo, se lo dirá.
- Puede reanudar sus actividades habituales 24 horas después del procedimiento.
- No tome bebidas alcohólicas durante 24 horas después del procedimiento.

Si le hicieron una biopsia, es normal que sangre un poco por el recto. No debería haber más de algunas gotas de sangre y el sangrado debería detenerse dentro de las 24 horas posteriores al procedimiento.

Después de una colonoscopia, es normal que defaque de forma irregular o diferente de como lo hace habitualmente. Esto puede durar hasta una semana después del procedimiento.

Cuándo llamar al proveedor de cuidados de la salud

Llame al proveedor de cuidados de la salud si tiene alguno de los siguientes síntomas:

- Temperatura de 101 °F (38.3 °C) o superior
- Hinchazón o dolor estomacal fuerte
- Sangrado rectal que dura más de 24 horas
- Sangrado entre defecaciones
- Debilidad, desmayos o náuseas
- Sangrado copioso del recto

Si tiene preguntas, contacte a un integrante del equipo de atención médica directamente. Si es paciente de MSK y necesita comunicarse con un proveedor después de las 5:00 PM, durante el fin de semana o un día feriado, llame al 212-639-2000.

Para obtener más recursos, visite www.mskcc.org/pe y busque en nuestra biblioteca virtual.

How to Prepare for Your Colonoscopy Using MiraLAX® - Last updated on July 27, 2020
Todos los derechos son propiedad y se reservan a favor de Memorial Sloan Kettering Cancer Center