



EDUCACIÓN DE 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 del colon (intestino grueso). El médico utilizará un colonoscopio (tubo 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.

Siga cuidadosamente estas instrucciones. 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.

1 semana antes del procedimiento

Pregunte sobre sus medicamentos

Tal vez deba dejar de tomar alguno de sus medicamentos antes del 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®)• dalteparina (Fragmin®)	<ul style="list-style-type: none">• enoxaparina (Lovenox®)• fondaparinux (Arixtra®)• heparina	<ul style="list-style-type: none">• rivaroxabán (Xarelto®)• tinzaparina (Innohep®)• warfarina (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 del 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). Si tiene colocado este dispositivo, el procedimiento se tendrá que realizar en el Memorial Hospital (el hospital principal de MSK).

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.
- Si ha tenido dolor de pecho, mareos, problemas para respirar nuevos que hayan empeorado, o si se ha desmayado en las últimas 6 semanas, deberá obtener una carta de autorización del médico antes del procedimiento.

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

Arrange for someone to take you home

You must have a responsible care partner take you home after your procedure. Make sure to plan this before the day of your procedure.

If you don't have someone to take you home, call one of the

agencies below. They will send someone to go home with you. There's usually a charge for this service, and you will need to provide transportation.

Agencies in New York

Partners in Care: 888-735-8913

Caring People: 877-227-4649

Agencies in New Jersey

Caring People: 877-227-4649

Evite determinados alimentos

A partir de 1 semana antes de la colonoscopia, no coma:

- Frutas y verduras crudas (frescas). Puede comer verduras enlatadas o cocidas.
- 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

Compre los artículos necesarios

- 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.

- 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.

Para ver si necesita más artículos, 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®, MS Contin®) 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?

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 frasco pequeño más 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 Days Before Your Procedure

Stop taking iron supplements

If you take an iron supplement, you'll need to stop taking it 5 days before your procedure. Iron supplements can cause color changes in your stool, which can make it harder for your doctor to see your colon clearly.

3 días antes del procedimiento

Algunos días antes del 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. Escribalos en el espacio a continuación.



_____	_____
_____	_____
_____	_____

2 días antes del procedimiento

Si usted generalmente no padece de estreñimiento, no toma medicamentos narcóticos (opioides) y nunca le hicieron una colonoscopia con una mala preparación en el pasado, no es necesario que comience la dieta de líquidos claros sino hasta el día anterior al procedimiento. Sin embargo, continúe evitando las frutas y 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 completamente líquida que incluya lo siguiente:
 - Yogur (sin ningún trozo de fruta)
 - Jugos de fruta sin pulpa
 - Refresco con gas
 - Caldo o sopas cremosas coladas
 - Suplementos nutricionales
 - Helados cremosos y de fruta (sin trozos de frutas)

El día antes del 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 si 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 del 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 beber abundante líquido, además de agua, café y té. Esto ayuda a garantizar que ingiera suficientes calorías y es una parte importante de la preparación para la colonoscopia. Intente beber como mínimo 1 vaso (8 onzas o 236 ml) por 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,	<ul style="list-style-type: none">• Alimentos de color rojo, violeta o anaranjado

	como Life Savers®	
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 de las 11:00 AM el día antes de 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: Tome 2 tabletas de bisacodyl

A las **4:00 PM** del día antes del procedimiento, tome 2 tabletas de bisacodyl por la boca con un vaso de agua.

Paso 2: Tome la mezcla MiraLAX

A las **4:15 PM**, tome 1 vaso (8 onzas o 236 ml) de la mezcla. Haga esto cada 15 minutos por un total de 4 veces. Tome la mezcla a las **4:15 PM**, **4:30 PM**, **4:45 PM** y **5:00 PM**.

- 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 alrededor del 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. Beba 1 vaso (8 onzas o 236 ml) cada 15 minutos hasta que se termine la botella.

- Si no comienza a defecar después de 2 a 3 horas de beber la segunda mitad de MiraLAX, llame al 212-639-2000 y pregunte por el gastroenterólogo que esté de guardia.
- 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. Beba 1 vaso (8 onzas o 236 ml) cada 15 minutos hasta que se termine la botella.

- Si no comienza a defecar después de 2 a 3 horas después de beber la segunda mitad de la mezcla MiraLAX, llame al 212-639-2000 y pregunte por el gastroenterólogo que esté de guardia.
- Puede continuar bebiendo líquidos claros hasta 4 horas antes de su hora de llegada programada.

- No coma nada hasta después del procedimiento.

Para tener en cuenta

- 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.

Lo que debe traer

- Una lista de los medicamentos que toma en su domicilio
- Si tiene un marcapasos implantado o un desfibrilador cardioversor (AICD), traiga su tarjeta si aún no está en el archivo del hospital.
- Su inhalador de rescate para el asma (como albuterol: Proventil[®], Ventolin[®]), si tiene
- Un estuche para los anteojos
- El formulario Health Care Proxy, si completó uno

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 las calles East 67th y East 68th)
New 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 anestesiólogo. El anestesiólogo 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 anesthesiólogo 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, el médico le examinará el recto.

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 lo largo del colon mientras busca cualquier cosa inusual en el monitor de video.

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 le 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. 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.

Llame al médico o enfermero si tiene:

- Una temperatura de 101 °F (38.3 °C) o superior
- Hinchazón o dolor estomacal intensos
- Sangrado rectal que dura más de 24 horas
- Sangrado entre defecaciones
- Debilidad, desmayos o náuseas

- Sangrado copioso del recto

Si tiene preguntas, llame a un miembro de su equipo de atención médica directamente. Si es paciente de MSK puede comunicarse con un proveedor de cuidados de la salud después de las 5:00 PM, durante los fines de semana y los feriados, llame al 212-639-2000.

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

How to Prepare for Your Colonoscopy Using MiraLAX® - Last updated on August 16, 2019

©2019 Memorial Sloan Kettering Cancer Center