

Instrucciones de preparación para una colonoscopia con Miralax

Colonoscopy, Miralax Instructions (Spanish)

IMPORTANTE: Lea estas instrucciones ahora para estar preparado para su procedimiento. Si tiene preguntas o necesita cancelar o posponer la cita, llámenos al **617-754-8888**.

Dónde presentarse para su procedimiento:

- East Campus**, 330 Brookline Ave, Boston
 - Stoneman 3.º piso
 - Stoneman 4.º pisoEstacione en el garaje Feldberg
- West Campus**, 185 Pilgrim Road, Boston
West Procedural Center (WPC) Farr 1.º piso
Estacione en el garaje de Pilgrim Road o el del edificio Lowry
- Beth Israel Deaconess, Campus de Lexington**
482 Bedford Street, Lexington Ambulatory Surgery, 1.º piso
- Beth Israel Deaconess, Campus de Needham**
148 Chestnut Street, 3.º piso

Día/Fecha: _____

Hora de llegada: _____

Hora del procedimiento: _____

Hora aproximada del alta: _____

Médico que hará su prueba:

Preparación anticipada para el procedimiento

- ❖ **Medicamentos** – Si toma Pepto-Bismol o algún suplemento de hierro, deje de tomarlo **7 días** antes del procedimiento. Puede seguir tomando aspirina o medicamentos similares para el dolor. Si toma **anticoagulantes**, llámenos si no lo mencionó al hacer la cita. **NO haga cambios** con estos medicamentos por cuenta propia.
- ❖ **Diabetes** – Comuníquese con el médico que controla su diabetes antes de hacer cambios en su dieta, en sus medicamentos o en la bomba de insulina.
- ❖ **Si es posible que esté embarazada** – Consulte a su obstetra o su ginecólogo antes de su cita para saber cuál es el mejor momento para hacerse el procedimiento y cuál sería el mejor método de sedación o anestesia.
- ❖ **Sedación** – La mayoría de los pacientes reciben sedantes para los procedimientos. Háganos saber de antemano si tiene cualquiera de los siguientes problemas, ya que esto podría ser importante para cualquier sedación que usted reciba:
 - Reacción alérgica u otros problemas relacionados con sedantes o medicamentos narcóticos para el dolor
 - Pesa más de 300 libras (136 kg)
 - Toma medicamentos narcóticos para el dolor
 - Tiene una enfermedad grave del hígado
- ❖ Mientras se recupere de los sedantes, no vuelva a trabajar ni a estudiar, no tome decisiones importantes ni cuide a niños. Podrá reanudar todas las actividades el día siguiente, a menos que se le indique algo diferente.
- ❖ **HAGA ARREGLOS PARA QUE ALGUIEN LE LLEVE A SU CASA** – Un adulto responsable debe venir a buscarle al área de procedimientos cuando esté listo para el alta. No se hacen excepciones, a menos que planea hacerse el procedimiento sin sedación. Si desea esto, debe hablarlo con su médico por adelantado. **Usted no podrá conducir a su casa después de la sedación.**
- ❖ Para mayor información, consulte la página *Cómo prepararse para el procedimiento* en nuestro sitio web, escaneando este código con la cámara de su teléfono o visite www.bidmc.org/gipreps



Preparación intestinal con Miralax y Dulcolax

Lista de verificación para la preparación

Tres (3) días antes de su colonoscopia:

- Comience una dieta baja en residuos. Consulte la hoja informativa adjunta como guía de los alimentos que debe evitar.

El día antes de su colonoscopia:

- Empiece una dieta de líquidos transparentes tan pronto como se despierte. Durante el día, tome una cantidad abundante de líquidos transparentes. La hoja informativa tiene una lista de líquidos transparentes.
- 5 p. m.** - Tome tres (3) comprimidos laxantes Dulcolax.
- 7 p. m. - Primera dosis de Miralax:** Mezcle el frasco de 238 gramos (8.3 onzas) de Miralax con 64 onzas de una bebida para deportistas o agua. Agite hasta que el Miralax esté completamente disuelto.
- Beba un vaso de 8 onzas de la solución de Miralax cada 10 a 15 minutos hasta haber terminado la mitad de la solución (32 onzas).
- Dentro de las dos horas siguientes: Beba al menos 5 vasos de 8 onzas de líquidos transparentes.

El día de su colonoscopia

- 6 horas antes de la hora de su procedimiento - Segunda dosis de Miralax:** Beba la segunda mitad de la solución de Miralax. Beba vasos de 8 onzas cada 10 a 15 minutos hasta terminar de beber todo.
- Dentro de las dos horas siguientes: Beba al menos 5 vasos de 8 onzas de líquidos transparentes.
- 4 horas antes de la hora de su procedimiento:** Deje de beber cualquier clase de líquidos. Puede tomar cualquiera de los medicamentos que toma habitualmente por la mañana con un pequeño sorbo de agua. Si tiene diabetes o toma anticoagulantes, siga las indicaciones de su médico con respecto a los cambios que sean necesarios con su medicación.

¡IMPORTANTE!

Lea todas las instrucciones al menos una semana antes de su procedimiento. Si tiene alguna pregunta, llame a nuestro consultorio.



Lo que necesitará

- Miralax**, 238 gramos uno (8,3 2 onzas) en polvo o polietilenglicol genérico 3350 (se pueden encontrar en la sección de laxantes, no hace falta receta).
 - Dulcolax** (bisacodilo) comprimidos laxantes (no supositorios ni ablandadores de las heces, necesitará tres (3) comprimidos para la preparación. No se necesita receta médica).
- Opcional:**
- Tres (3) frascos (de 16 onzas cada uno) de un líquido transparente o una bebida para deportistas (que no sea roja ni rosada)
 - Paquetes de gelatina (Jell-O) de cualquier color excepto rojo o rosado
 - Caldo en cubitos de verduras, pollo o carne
 - Toallitas húmedas (para bebé)

Consejos para la preparación

- Si siente náuseas durante la preparación, el té de menta o chupar un limón puede aliviarlas.
- Quizás le ayude también enfriar la solución con hielo.
- Cuando empiece a tener diarrea, puede usar toallitas húmedas (para bebé) para prevenir la irritación. Evite usar vaselina o Desitin.

Dietas bajas en residuos y de líquidos transparentes

A continuación hay una guía de los alimentos que puede comer mientras siga una dieta baja en residuos antes del procedimiento, así como una lista de líquidos transparentes para cada etapa de la preparación. En general, evite cualquier cosa dura o fibrosa y todo lo que tenga granos enteros, maníes o frutos secos de árbol, semillas, piel o colorante rojo.

¡IMPORTANTE!

Una dieta baja en residuos le ayudará a obtener los mejores resultados de su preparación intestinal. Si no sabe si un alimento es bajo en residuos, es mejor que no lo consuma durante la preparación para el procedimiento.



| Grupo de alimentos | Alimentos permitidos | Alimentos que hay que evitar |
|---------------------------------------|--|--|
| Leche y productos lácteos | Leche o helado, yogur, queso a base de leches de soja o frutos secos (siempre y cuando no sean grumosos) | Ningún lácteo que tenga trocitos de maníes o frutos secos de árbol, o de frutas. |
| Bebidas | Café, té, refrescos, jugos sin pulpa, Kool-Aid (sin colorante rojo), Boost, Ensure u otros suplementos nutricionales sin fibra agregada | Ninguna bebida con pulpa, semillas, fibra agregada o jugo de ciruela |
| Panes, cereales y almidones | Cualquier pan refinado, como English muffins, pita, panecillos, muffins, galletas saladas, panqueques, waffles, Cheerios, Corn Flakes, Rice Krispies, arroz blanco, pastas refinadas | No coma cereales integrales, avena, granola, nada con semillas, maníes y otros frutos secos de árbol, pan de maíz, galletas Graham, arroz integral o silvestre, pieles de papa, quinoa |
| Frutas | Fruta enlatada o cocida sin piel ni semillas, puré de manzanas, plátano maduro, jalea de arándanos | Ninguna fruta cruda (excepto plátanos maduros), piña en conserva, naranjas, frutas mixtas, frutas secas, salsa de arándanos enteros, aguacate |
| Verduras | Verduras enlatadas o congeladas, tiernas y bien cocidas, sin semillas ni piel, por ejemplo, zanahorias o remolachas peladas, jugo de verduras colado o salsa de tomate | Ninguna verdura cruda ni cocida que sea dura o fibrosa, como brócoli, espárragos, espinaca, etc. |
| Carne y sustitutos de la carne | Pescado tierno cocido, aves de corral, ternera, cerdo, huevos, tofu, mantequillas suaves de maní o frutos secos de árbol | No coma el cartílago, los fiambres y las salchichas, y cualquier sustituto hecho con granos enteros, semillas o pedazos de frutos secos, frijoles, guisantes o lentejas |
| Varios | Sal, azúcar, especias molidas o en copos, chocolate, cualquier condimento líquido o suave como ketchup, salsa de soja, mayonesa o gelatina (pero no dulces ni mermeladas) | Ninguna pimienta, especias en semillas ni otras semillas, maníes o frutos secos de árbol, palomitas de maíz, encurtidos y aceitunas |

Dieta de líquidos claros: Manténgase hidratado y tome muchos líquidos transparentes durante el día.

Cuando llegue a la etapa de líquidos transparentes de su preparación, solo podrá beber: agua; refrescos de colores claros; té o café (negro, sin leche ni crema); jugos transparentes, Gatorade u otra bebida para deportistas (sin colorante rojo); caldo de pollo, carne o vegetales; caldo; Jell-O (que no sea rojo); y paletas de helado de agua (que no sean rojas).

No coma alimentos sólidos. Evite comer caramelos duros y goma de mascar; no tome bebidas con colorantes rojos, lácteos, jugos con pulpa ni alcohol.