

## Instrucciones de preparación para una colonoscopia con citrato de magnesio

**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<sup>er</sup> piso
  - Stoneman 4.º pisoEstacione en el garaje Feldberg
- West Campus**, 185 Pilgrim Road, Boston  
West Procedural Center (WPC) Farr 1<sup>er</sup> piso  
Estacione en el garaje de Pilgrim Road o el del edificio Lowry
- Beth Israel Deaconess, Lexington Campus**  
482 Bedford Street, Lexington Ambulatory Surgery, 1<sup>er</sup> 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 reservar la cita. **NO haga cambios** con estos medicamentos por cuenta propia.
- ❖ **Diabetes** – Contacte al médico que controla su diabetes antes de hacer cambios en su dieta, en sus medicamentos o en la bomba de insulina.
- ❖ **Si existe la posibilidad de 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, esto podría ser importante para cualquier sedación:
  - reacción alérgica u otros problemas relacionados con sedantes o analgésicos narcóticos
  - pesa más de 300 libras (136 kg)
  - toma medicamentos narcóticos (analgésicos) recetados
  - tiene una enfermedad grave de hígado
- ❖ Mientras se recupera de los sedantes, no vuelva al trabajo o la escuela ni tome decisiones importantes o tenga niños bajo su cuidado. Podrá reanudar todas las actividades el día siguiente, a menos que se le indique algo diferente.
- ❖ **HAGA ARREGLOS PARA QUE LO LLEVEN A SU CASA** – Un adulto responsable debe venir a buscarlo al área de procedimientos cuando esté listo para el alta. No se hacen excepciones, a menos que planee 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 obtener más 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](http://www.bidmc.org/gipreps)



## Preparación intestinal para una colonoscopia: Citrato de magnesio

### Lista de verificación para la preparación

#### Tres (3) días antes de su colonoscopia:

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

#### El día antes de su colonoscopia:

- Empiece una dieta de líquidos transparentes en cuanto se despierte. Tome una cantidad abundante de líquidos transparentes durante el día. Consulte la hoja informativa para obtener una lista de líquidos transparentes.
- 7 p. m. – Primera dosis de citrato de magnesio:** tome 1½ frascos de citrato de magnesio (15 onzas).
- Dentro de las 2 horas siguientes:** tome como mínimo 3 vasos de 8 onzas de líquidos transparentes.

#### El día de su colonoscopia

- 6 horas antes de la hora de su procedimiento – Segunda dosis de citrato de magnesio:** Tome 1½ frascos de citrato de magnesio (15 onzas).
- Dentro de las 2 horas siguientes:** tome como mínimo 3 vasos de 8 onzas de líquidos  
Entendemos que es posible que tenga que levantarse en mitad de la noche para tomar la segunda dosis. Sin embargo, hemos comprobado que este es el mejor método para limpiar el colon. Aunque sus heces sean claras después de la primera dosis de citrato de magnesio, es importante que tome la segunda dosis entera.
- 4 horas antes de la hora de su procedimiento:** Deje de tomar todo tipo 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 de medicación que sean necesarios.

### ¡IMPORTANTE!

Lea todas las instrucciones al menos una semana antes de su procedimiento y llámenos al consultorio si tiene dudas.



### Lo que necesitará

- Tres (3) frascos\* (de 10 oz. cada uno) de citrato de magnesio, sabor limón u original (no de cereza ni de uva, a menos que sea sin colorantes)**

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.



### El citrato de magnesio tiene un alto contenido de sodio.

Si usted tiene insuficiencia renal o insuficiencia cardíaca congestiva, consulte a su médico antes de usar esta preparación.

## Dietas de bajo residuo y líquidos transparentes

A continuación hay una guía de alimentos que puede comer mientras sigue una dieta de bajo residuo 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, frutos secos, semillas, piel o colorante rojo.

### ¡IMPORTANTE!

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



Grupo de alimentos	Alimentos permitidos	Alimentos que hay que evitar
<b>Leche y productos lácteos</b>	Leche o helado, yogur, queso a base de leches de soja o frutos secos (siempre y cuando no sean arenosos)	Ningún lácteo que tenga pedazos de frutos secos o de frutas.
<b>Bebidas</b>	Café, té, refrescos, jugos sin pulpa, Kool-Aid (sin colorante rojo), Boost, Ensure u otro suplemento nutricional sin fibra agregada	Ninguna bebida con pulpa, semillas, fibra agregada o jugo de ciruela
<b>Panes, cereales y almidones</b>	Cualquier pan refinado, como English muffins, pita, panecillos, muffins, galletas saladas, panquecas, waffles, Cheerios, Corn Flakes, Rice Krispies, arroz blanco, pastas refinadas	Ningún grano entero, cereal de avena, granola ni nada con semillas o frutos secos, pan de maíz, galletas graham, arroz blanco o integral, cáscaras de papa, quinoa
<b>Frutas</b>	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
<b>Verduras</b>	Verduras tiernas, bien cocidas, en lata o congeladas, sin semillas ni piel, como zanahorias o remolachas peladas, jugo de verduras o jugo de tomate colados	Ninguna verdura cruda ni cocida que sea dura o fibrosa, como brócoli, espárragos, espinaca, etc.
<b>Carne y sustitutos de la carne</b>	Pescados, aves, carne de res o de cerdo cocidas y blandas, huevos, tofu, mantequillas lisas (sin trocitos) de frutos secos	Evitar el cartílago, los fiambres y las salchichas, y cualquier sustituto hecho con granos enteros, semillas o pedazos de frutos secos, frijoles, guisantes o lentejas
<b>Varios</b>	Sal, azúcar, especias molidas o en hojuelas, chocolate, cualquier condimento líquido o blando, como ketchup, salsa de soja, mayonesa o jalea (pero no mermelada ni conserva)	Ninguna pimienta, especias en semillas ni otras semillas, frutos secos, 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; consomé; gelatina (que no sea roja); 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.