



La experiencia con la colonoscopia, guía paso a paso

1. Cómo prepararse para una colonoscopia:

Planifique el tiempo de preparación: Debe planificar la noche anterior y la mañana del día de su procedimiento a fin de tomar el preparado y eliminar las heces. Planee permanecer en un entorno personal, cerca de un baño. Por lo general, tendrá diarrea y ganas de ir al baño entre 15 minutos y 4 horas después de haber comenzado la preparación.

- Tómese el día libre: Le recomendamos que se tome el día libre la fecha en que se realizará el procedimiento. No debe tomar decisiones importantes el resto del día después del procedimiento. No debe conducir por el resto del día.
- Recoja su preparado a más tardar tres a cinco días antes del procedimiento.

Consejos para la limpieza del colon:

1. ¡Permanezca cerca de un baño! Le dará diarrea, y puede ser muy repentina. Esto es normal.
2. Intente tomar la solución con un sorbete. Es posible que le facilite de tolerar esta solución.
3. En raras ocasiones, el preparado puede provocar náuseas o vómitos. Si esto ocurre, tómese un descanso de 30 minutos, enjuáguese la boca o cepíllese los dientes y luego siga bebiendo la solución de preparación.
4. Es posible que sufra calambres hasta que haya defecado (esto puede tardar de 2 a 4 horas y, en ocasiones, mucho más tiempo).

2. Facturación:

- Tenga en cuenta que las colonoscopias exploratorias generalmente no están sujetas a deducibles, copagos o coseguros. Siempre trataremos de facturar una colonoscopia exploratoria como una colonoscopia exploratoria.
- Sin embargo, si es necesario extirpar un pólipo o realizar biopsias durante la colonoscopia, estamos obligados por ley a utilizar el código "colonoscopia con polipectomía" o "colonoscopia con biopsia". En tales casos, pueden aplicarse deducibles, copagos y coseguros. Consulte con su compañía de seguros para obtener más información.

Debe ir acompañado de una persona que le lleve al lugar del procedimiento:

- Esta persona debe ser mayor de 18 años y acompañarlo en el momento del registro y del alta. Si ninguna persona lo acompaña a la hora de registrarse, reprogramaremos su cita.
- Todo el procedimiento puede tardar de 3 a 4 horas en completarse. Avise a su acompañante que debe quedarse en la cita de la colonoscopia durante toda la visita.
- No lleve joyas ni artículos personales al hospital. Si trae joyas a la cita médica, puede que tengamos que pedirle que se las quite.
- No utilice lentes de contacto.

3. Antes del procedimiento:

Se le indicará los riesgos del procedimiento y firmará un formulario de consentimiento. Al ser admitido, se revisará su historial médico y su lista de los medicamentos. Luego, usted se pondrá una bata de hospital y se le colocará una vía intravenosa en el brazo para administrarle líquidos y medicamentos. Si ha tenido problemas con la colocación de la vía intravenosa, llegue 15 minutos antes.

4. Durante el procedimiento:

Se le pedirá que se acueste sobre su lado izquierdo. Se le administrará medicamentos por vía intravenosa para ayudarlo a relajarse y hacer que se sienta más cómodo y somnoliento. El médico le insertará el colonoscopio en el recto para observar el revestimiento del recto y el colon. Se insertará aire en el colon para que el médico pueda tener una mejor visión del revestimiento del intestino grueso. Su cuerpo querrá expulsar el aire y es mejor que no intente retenerlo, ya que esto le podría causar molestias. Puede expulsar tanto aire como sea posible. Probablemente sienta calambres leves durante el procedimiento. Si empeora, podrá informar al médico y se le podrá administrar más medicamentos. La mayoría de los pacientes no recuerdan el procedimiento en parte o en su totalidad debido a los medicamentos. El procedimiento dura aproximadamente de 30 a 60 minutos. Luego, se le llevará al área de recuperación.

5. Después del procedimiento:

Permanecerá en el área de recuperación hasta que esté listo para ser dado de alta (normalmente después de 30 minutos). Puede sentir hinchazón o calambres abdominales leves. Expulsar el aire en su colon le ayudará a sentirse más cómodo. Se le dará el alta cuando esté consciente y estable. El médico o el personal de enfermería le informará sobre su plan de cuidados. Recuerde que debe haber una persona que lo lleve o lo acompañe a su casa. Puede volver al trabajo la mañana siguiente a la colonoscopia (no la tarde de la colonoscopia).

Puede producirse una irritación en la piel del ano o un brote de inflamación hemorroidal. Si esto sucede, trátelo con medicamentos de venta libre, por ejemplo, crema de hidrocortisona, toallitas húmedas, Vaseline® o compresas TUCKS®. Evite usar productos que contengan alcohol. Si tiene una receta de una crema para hemorroides, puede usarla. No use supositorios.

DIETA BAJA EN FIBRA

Grupo de alimentos	Lo que PUEDE comer	Lo que NO PUEDE comer
Leche y productos lácteos	<ul style="list-style-type: none"> Leche, crema, leche con chocolate, chocolate caliente, bebidas con leche Queso, queso cottage Caldo Yogur, crema agria Natilla o pudín Helado o postres congelados Salsas cremosas Sopas sin semillas ni frijoles 	<ul style="list-style-type: none"> Yogur con granola, semillas, nueces o fruta con cáscara
Panes y cereales	<ul style="list-style-type: none"> Panes y cereales hechos con harina refinada o blanca, como panecillos, bagels, muffins (sin salvado), muffins ingleses Cereales refinados hechos de arroz o avena, como Cheerios o Rice Krispies Cereales refinados hechos de maíz, como Corn Flakes Galletas saladas Pasta Crema de trigo (Cream of Wheat) 	<ul style="list-style-type: none"> Trigo entero o cereales con semillas, como: panecillos, bagels, muffins, muffins ingleses Avena Cereales de salvado, como Raisin Bran o All Bran Cereales Wheaties Granola Palomitas de maíz Arroz integral, arroz salvaje
Carne, pescado, ave, proteínas	<ul style="list-style-type: none"> Carne tierna Carne molida Pollo Cerdo Huevos Pescado y mariscos Mantequilla de maní cremosa Cordero Tofu 	<ul style="list-style-type: none"> Carne dura con cartílago Mantequilla de maní con trozos Todo tipo de frijoles, nueces, guisantes, lentejas, legumbres
Frutas	<ul style="list-style-type: none"> Fruta blanda en conserva o cocida sin semillas ni cáscara Melón blando Jugo de frutas sin pulpa Jalea de frutas sin pulpa 	<ul style="list-style-type: none"> Todas las demás frutas crudas Todo tipo de frutos secos Jugo de frutas con pulpa Jugo de ciruelas pasas Ciruelas pasas Plátanos
Verduras y papas	<ul style="list-style-type: none"> Papas sin cáscara Jugo de verduras sin pulpa 	<ul style="list-style-type: none"> Todo tipo de verduras crudas o al vapor Frijoles, guisantes Papas con cáscara Coles de Bruselas Maíz (!) Brócoli Coliflor Col, cebolla Chucrut Verduras de hoja verde o lechuga
Grasas y aceites	<ul style="list-style-type: none"> Mantequilla Aderezos para ensaladas sin semillas ni nueces Margarina Aceite Mayonesa 	<ul style="list-style-type: none"> Nueces (!) Semillas (!) Coco Aderezo para ensaladas con nueces o semillas
Otros alimentos	<ul style="list-style-type: none"> Azúcar Sal Jalea Miel Jarabe Jugo de limón 	<ul style="list-style-type: none"> Mermelada Compota de frutas Encurtidos Pepinillos Aceitunas

¿Por qué tengo que seguir una dieta baja en fibra?

Es muy importante que comience una dieta baja en fibra 4 días antes de la colonoscopia. La fibra no es digerible y permanece en el interior del colon, lo que reduce la precisión de la colonoscopia.

DIETA DE LÍQUIDOS CLAROS

Es de suma importancia evitar los líquidos claros con colorantes rojos o morados.

Lo que PUEDE comer	Lo que NO PUEDE comer
<ul style="list-style-type: none">• Agua• Aguas saborizadas (sin colorantes rojos o morados)• Caldos claros (caldo de pollo, carne o verduras)• Jugos (sin pulpa ni colorantes rojos o morados)<ul style="list-style-type: none">• Manzana• Uva verde• Limonada sin pulpa• Gaseosas• Gatorade• Té (se puede tomar con azúcar)• Café (negro con azúcar)• Gelatina, como Jell-O (sin frutas; sin colorantes rojos o morados)• Paletas (sin fruta ni crema; sin colorantes rojos o morados)• Gelato (sin colorantes rojos o morados)• Agua de coco	<ul style="list-style-type: none">• Leche (que no sea de vaca, soja, almendras, arroz, cáñamo)• Crema• Batidos• Helado• Licuados• Jugo de naranja• Jugo de pomelo• Jugo de tomate• Sopas que no sean caldo claro

¿Por qué tengo que seguir una dieta de líquidos claros?

Durante la preparación de la colonoscopia, se debe seguir una dieta de líquidos claros, ya que aportan los fluidos necesarios. Estos líquidos son fáciles de digerir y dejan poco o ningún residuo en el tracto digestivo. Los líquidos claros permiten ver a través de ellos. Por ejemplo, el café es un líquido claro, pero el café con crema o leche no lo es. Usted debe comenzar su dieta de líquidos claros el día antes del examen.

INSTRUCCIONES PARA PACIENTES CON DIABETES ANTES DE LA COLONOSCOPIA

Pacientes diabéticos solo con dieta controlada:

- No hay cambios en el preparado habitual.
- A su llegada, se le realizará una prueba para medir la glucosa en la sangre mediante punción del dedo.

Pacientes con diabetes que toman agentes hipoglucémicos orales:

- Tome el medicamento habitual para la diabetes la mañana de la preparación, y luego no tome el medicamento para la diabetes hasta después de la colonoscopia.
- A su llegada, se le realizará una prueba para medir la glucosa en la sangre mediante punción del dedo.

Pacientes diabéticos que se administran insulina:

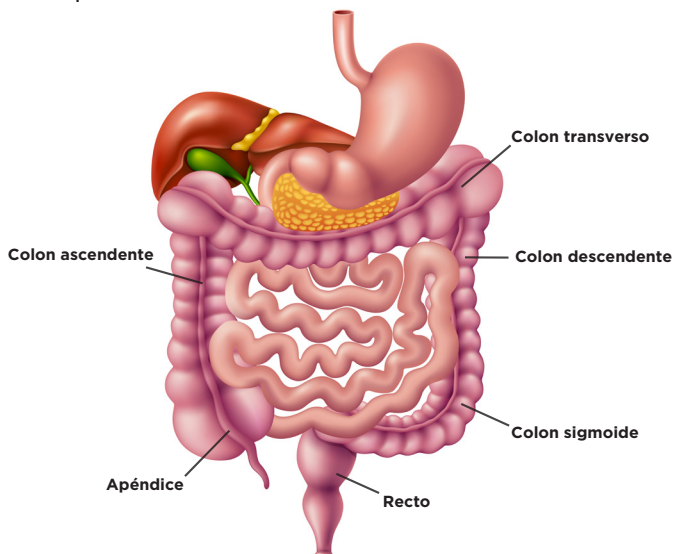
- Tome la mitad de la dosis de insulina habitual el día antes del examen. No tome insulina la mañana de la colonoscopia.
- A su llegada, se le realizará una prueba para medir la glucosa en la sangre mediante punción del dedo.

Descripción general de la colonoscopia e información adicional sobre el procedimiento

Lea esta información antes del procedimiento

¿Qué es una colonoscopia?

La colonoscopia es un procedimiento ambulatorio en el que se examina el interior del intestino grueso (colon y recto). Generalmente, este procedimiento se realiza para evaluar síntomas gastrointestinales, como hemorragias rectales e intestinales, dolor abdominal o cambios en los hábitos intestinales. También se realiza en personas que no presentan síntomas a fin de detectar pólipos colorrectales o cáncer. Se recomienda a personas de 50 años o más, y personas con padres, hermanos o hijos con antecedentes de cáncer colorrectal o pólipos, que se sometan a una colonoscopia exploratoria.



¿Qué sucede antes de una colonoscopia?

Para que una colonoscopia tenga éxito, el intestino debe estar limpio de manera que el médico pueda ver con claridad el colon. **Es muy importante que lea y siga todas las instrucciones que le den para la preparación intestinal mucho antes del procedimiento.** Sin la preparación adecuada, la colonoscopia no tendrá éxito y es posible que se tenga que repetir este examen.

Si siente náuseas o vomita al tomar el preparado intestinal, espere 30 minutos antes de beber más de este líquido y empiece con pequeños sorbos de la solución. Realizar alguna actividad (como caminar) o comer unas cuantas galletas de soda puede ayudarlo a disminuir las náuseas que siente. Si las náuseas persisten, comuníquese con su proveedor de salud.

Puede experimentar irritación en la piel alrededor del ano debido al tránsito de heces líquidas. Para prevenir y tratar la irritación de la piel, usted debe:

- Aplicar Vaseline o la crema Desitin en la piel alrededor del ano antes de beber los medicamentos de preparación intestinal; estos productos pueden comprarse en cualquier farmacia.
- Limpiar la piel después de cada evacuación con toallitas húmedas desechables en lugar de papel higiénico. Este producto se encuentra en el área de papel higiénico de las tiendas.
- Sentarse en una tina llena de agua tibia durante 10 o 15 minutos después de defecar; después de remojar, debe secar la piel con un paño suave, aplicar Vaseline o crema Desitin en la zona anal y colocar un pedazo de algodón justo fuera del ano para absorber el líquido que sale.

¿Qué sucede durante una colonoscopia?

Durante una colonoscopia, un médico experimentado utiliza un colonoscopio (instrumento largo y flexible de aproximadamente media pulgada de diámetro) para visualizar el revestimiento del colon. El colonoscopio se inserta en el recto y atraviesa el intestino grueso. Si es necesario, durante una colonoscopia se pueden extraer pequeñas cantidades de tejido para su análisis (biopsia), se pueden identificar pólipos y extraerlos completamente. En muchos casos, una colonoscopia permite el diagnóstico y tratamiento precisos de los problemas colorrectales sin necesidad de una operación importante.

Preguntas frecuentes

¿Qué medicamentos debo dejar de tomar antes del procedimiento?

- Primero, informe a su médico acerca de los medicamentos que está tomando. Es posible que deba dejar de tomar ciertos medicamentos antes del procedimiento.
- Pregunte a su médico si es seguro dejar de tomar el anticoagulante clopidogrel (Plavix) y la aspirina/dipiridamol (Aggrenox) 7 días antes del procedimiento.
- Pregunte a su médico si es seguro dejar de tomar anticoagulantes como la warfarina (Coumadin) 5 días antes del procedimiento y el dabigatrán (Pradaxa) 2 días antes del procedimiento.
- Pregunte a su médico cuándo debe dejar de tomar anticoagulantes como rivaroxabán (Xarelto), apixabán (Eliquis) o edoxabán (Savaysa).
- Deje de tomar vitaminas, suplementos de hierro orales y suplementos herbales 7 días antes del procedimiento.
- No tome diuréticos (píldoras de agua) **el día anterior o la mañana del procedimiento.**

¿Qué medicamentos puedo tomar?

- Puede seguir tomando medicamentos para la presión arterial, por ejemplo, atenolol, metoprolol, carvedilol o lisinopril.
- Comuníquese con su médico si tiene alguna pregunta sobre sus medicamentos.

¿Qué puedo beber exactamente el día del procedimiento en que solo debo tomar "líquidos claros"?

- Puede tomar agua, té (sin crema ni leche), Gatorade, jugo de manzana, Sprite, 7-Up, ginger ale y gelatina amarilla o verde. Muchas personas toman caldo de pollo, carne o verduras.
- Asegúrese de que líquidos no sean de color rojo, anaranjado o morado.

¿Qué necesito recordar la mañana de mi cita?

- Asegúrese de seguir las instrucciones sobre cómo tomar Gavilyte o Colyte exactamente como se indica.
- Puede tomar sus medicamentos habituales **permitidos** en la mañana de su cita. Traiga una lista de todos los medicamentos que toma actualmente el día de su procedimiento.
- No utilice lentes de contacto ni joyas. No lleve objetos de valor.
- No se ponga loción.
- Use ropa cómoda y suelta, y zapatos planos o zapatillas.
- Debe tener a un acompañante que le traiga y se quede durante las 2 o 3 horas que dura su procedimiento. Desafortunadamente, si no tiene un acompañante, tendremos que reprogramar su cita.

Instrucciones adicionales para pacientes con diabetes

Diabetes tipo 2

Diabetes tipo 1

El día antes del procedimiento

En la mañana, tome la mitad de la dosis usual de sus medicamentos para la diabetes, incluyendo insulina y medicamentos orales, antes de sus líquidos claros.

Revise su nivel de azúcar en la sangre al menos dos veces: por la mañana antes de tomar líquidos claros y a la hora de acostarse.

Comuníquese con su endocrinólogo o médico especialista en diabetes.

El día del procedimiento

No tome ningún medicamento oral para la diabetes, como glipizida (Glucotrol) o pioglitazona (Actos). Puede seguir tomando metformina (Glucophage). Revise su azúcar en la sangre por la mañana antes de la hora de llegada.

Si usa alguna insulina de acción prolongada, tome la mitad de la dosis.

No se aplique ninguna insulina de acción rápida (insulina regular, Lispro), a menos que esté usando una escala progresiva. Revise su nivel de azúcar por la mañana antes de llegar al hospital.