

# ¿Como prepararse para su colonoscopia?

AltaMed CRC Registry Team



# Temas para Repasar

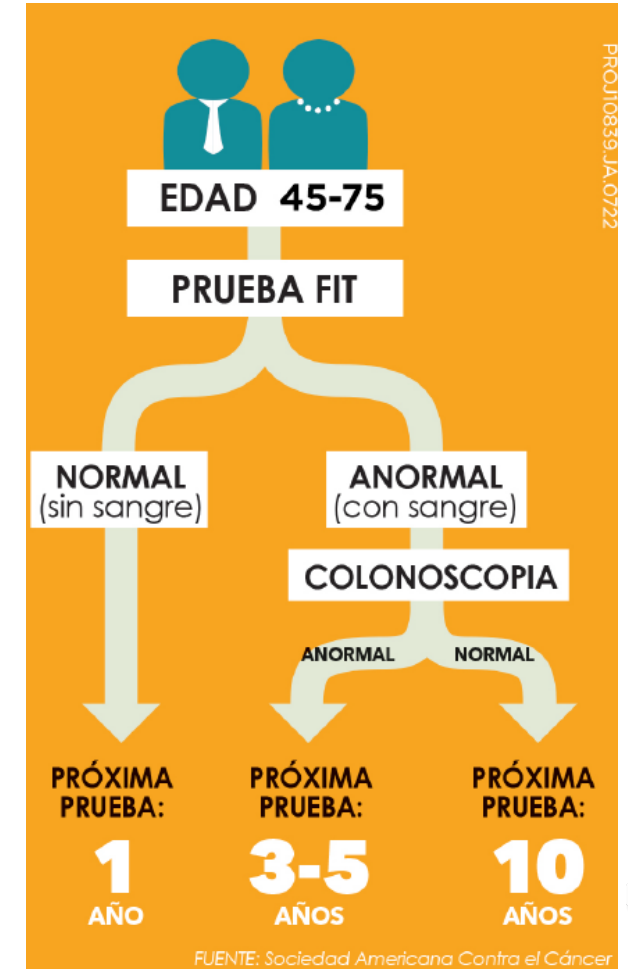
---

- Prueba FIT anormal
- ¿Por qué necesito una colonoscopia?
- ¿Qué es una colonoscopia?
- Preparación para la colonoscopia
- Requisitos para el día del procedimiento
- Cuidado posterior



# Prueba FIT Anormal

- Una prueba FIT anormal significa que se encontró **sangre** en la muestra de heces que envió, pero no nos dice de qué parte del sistema intestinal ni **por qué**
- Existen varias condiciones que pueden causar sangre en las heces, incluyendo:
  - Hemorroides
  - Úlceras
  - Fisuras anales
  - Diverticulitis
  - Inflamación
  - Cáncer de colon
- La única forma de saber es con una **colonoscopia**



# ¿Por qué necesito una colonoscopia?

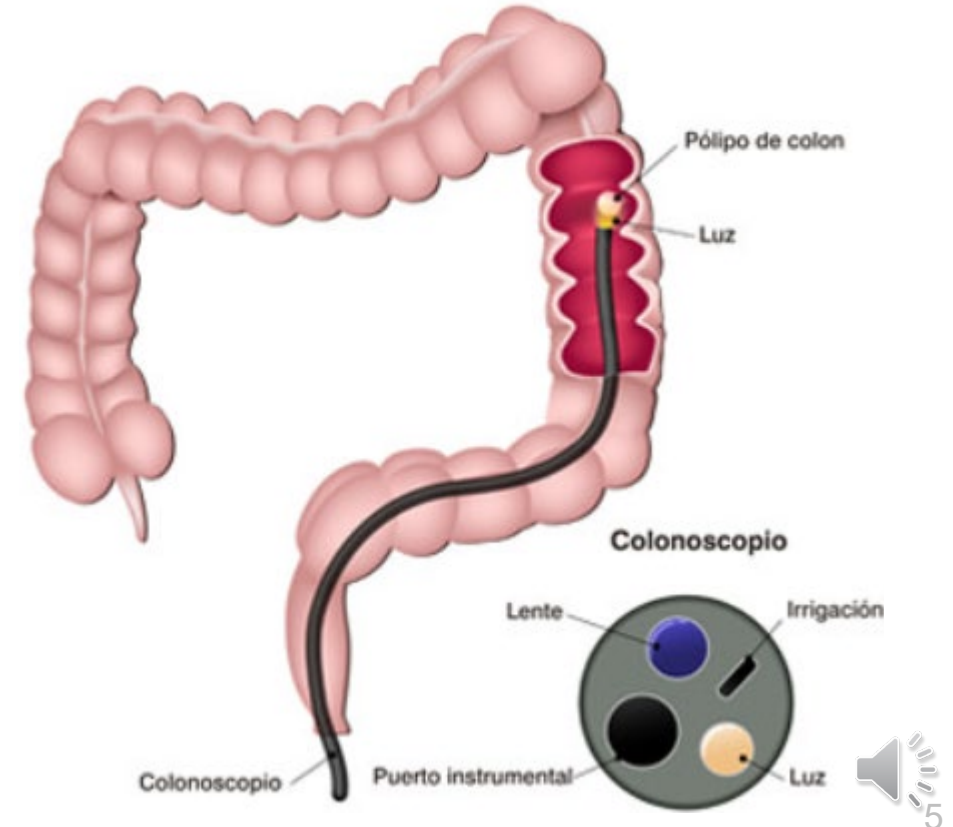
- Se recomienda una colonoscopia para estar seguros que no es cáncer de colon ya que esta enfermedad es la **segunda** causa de muerte por cáncer en los Estados Unidos
- Más de la mitad de las muertes por cáncer de colon podrían prevenirse con exámenes de **detección temprana**



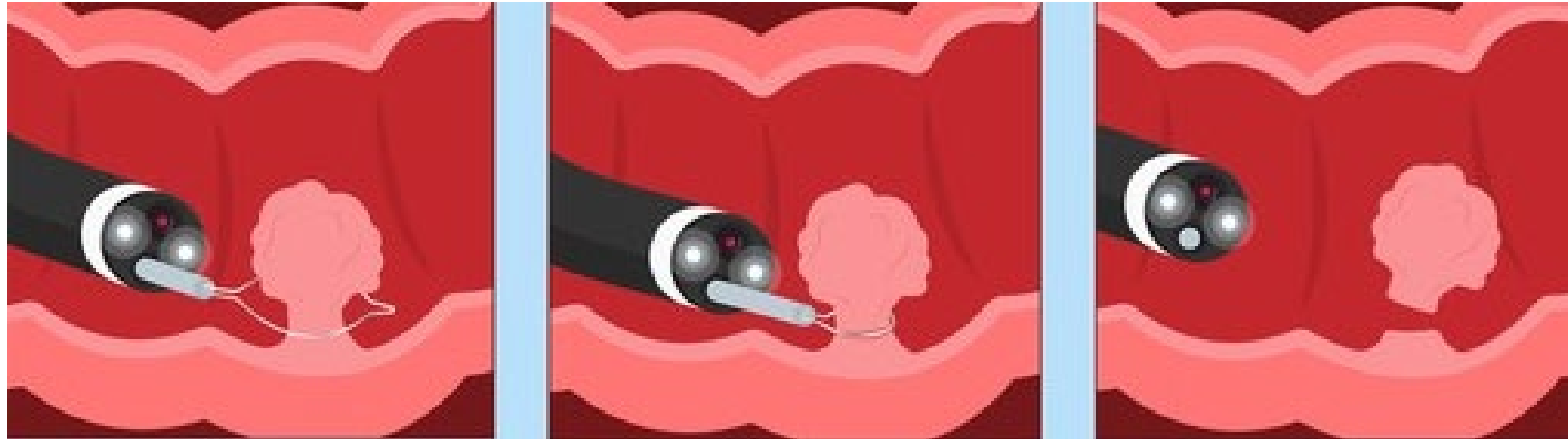
# ¿Qué es una colonoscopia?

- El médico gastrointestinal usa un colonoscopio para examinar el **interior del colon**
  - El cáncer de colon comienza como un **pólipo** o crecimiento de tejido adicional, como un tumor pequeño
  - Si se detecta algún pólipo durante la colonoscopia, el médico los **remueve**, previniendo que se conviertan en cáncer
- **No hay dolor** porque se administran medicamentos para ayudarlo a relajarse o dormir

## COLONOSCOPIA



# ¿Qué sucede cuando se encuentra un pólipo?

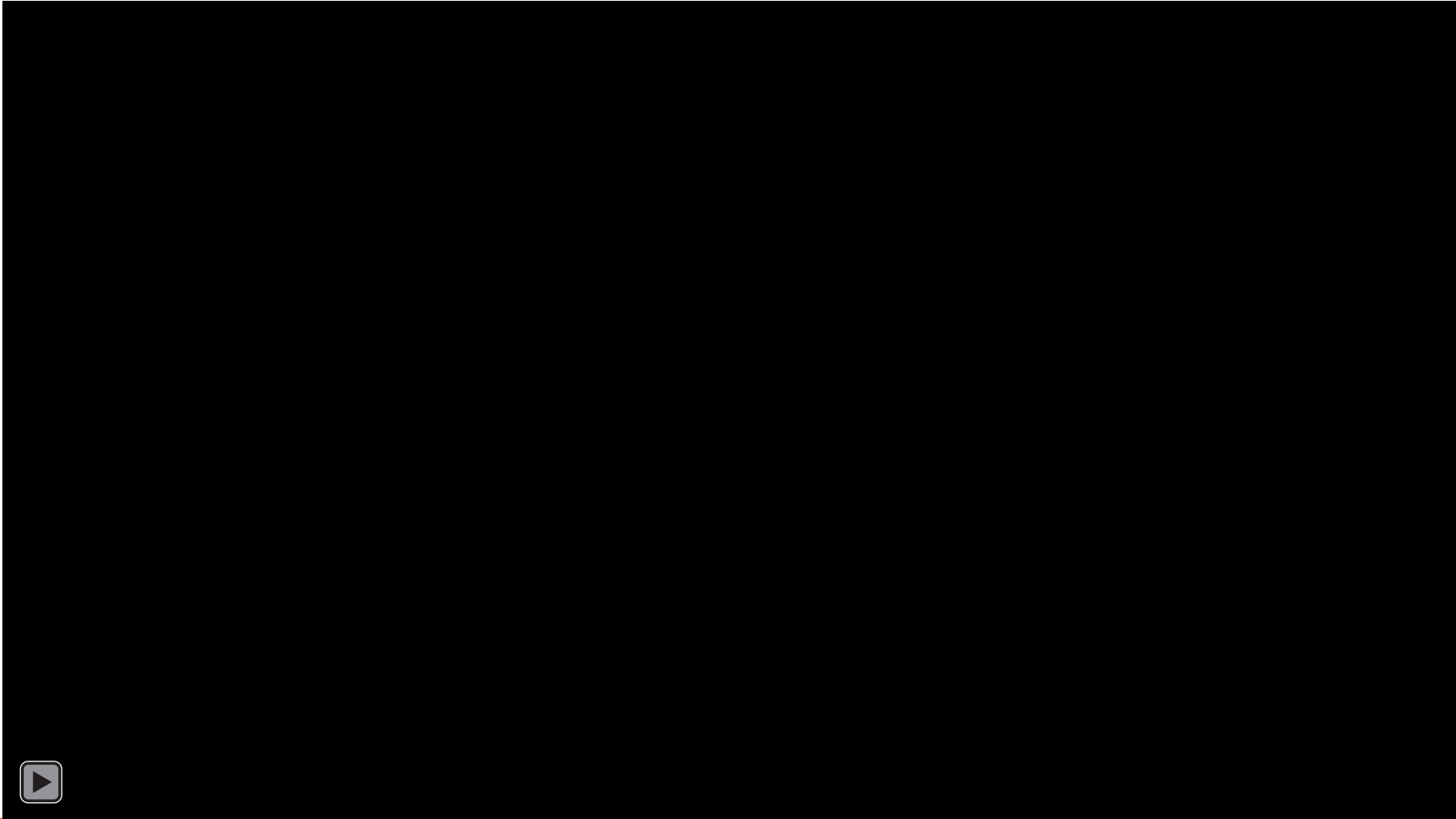


- La mayoría de los pólipos se pueden extirpar con el colonoscópio durante el procedimiento
- Si se colectan muestras de tejido (biopsias), se enviarán a un laboratorio para verlas mejor



# Veamos un video

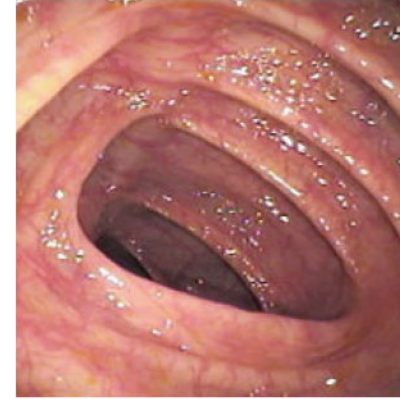
---



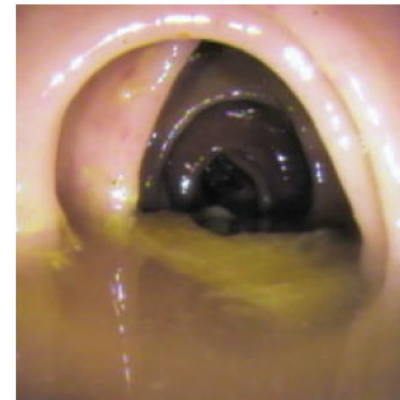
# Preparación para la colonoscopia

- Tu intestino **NECESITA** estar limpio
- Muchos pacientes **no se preparan** bien para su colonoscopia, lo cual puede resultar en:
  - No detectar un pólipo
  - Un procedimiento más largo
  - Tener que volver a rehacer la colonoscopia por completo
- También corre el riesgo de que se cancele su colonoscopia si no se prepara correctamente

Cuando el colon está limpio, hacer la colonoscopia es como conducir en una carretera en el campo en un día lleno de sol. Es fácil ver y conducir.



Cuando el colon está sucio, hacer la colonoscopia es como conducir en una tormenta de nieve en el invierno. Es difícil ver y duro conducir.



UCLA Health





# 3 pasos para una preparación intestinal exitosa



# 1

## Comienza una dieta baja en fibra 3-5 días antes de tu colonoscopia

### Ejemplos de alimentos bajos en fibra

- Arroz blanco, pastas, fideos refinados
- Verduras cocidas sin semillas como espárragos, zanahorias, champiñones, ejotes, papas sin piel
- Plátanos, melón blando, aguacate
- Pollo, pescado, tofu, huevos
- Tortas, galletas, pudin
- Paletas de hielo



### Ejemplos de que comer



# 1

## Comienza una dieta baja en fibra 3-5 días antes de tu colonoscopia

### Alimentos altos en fibra que se deben evitar

- Panes integrales, avena, cereales, granola
- Nueces, semillas, verduras o frutas crudas, secas (NO ensaladas)
- Bebidas con pulpa
- Suplementos nutricionales que contienen fibra
- Pimienta, frijoles, maíz, palomitas de maíz

### Otros alimentos para evitar

- Carne de puerco y res
- Productos lácteos como leche, yogur y queso

### NO comas estos alimentos 3-5 días antes de tu colonoscopia



## 2

# 1 día antes de la colonoscopia: Dieta de líquidos claros

- Una dieta de líquidos claros significa que NO debe comer ningún alimento sólido y SOLO debe beber líquidos claros
- Evite todos los tintes como rojo, morado, verde, azul o naranja que se encuentran en las bebidas deportivas
- ¿Qué se considera un líquido transparente?



# Ejemplos de qué beber



AGUA O AGUA  
MINERAL



SODA CLARA



BEBIDA  
DEPORTIVA  
CLARA



TÉ



GELATINA



CALDO CLARO



PALETAS



CAFÉ



# Ejemplos de lo que NO se debe comer o beber



LECHE O  
PRODUCTOS  
LÁCTEOS



MALTEADAS



CAFÉ CON  
CREMA



CUALQUIER BEBIDA ROJA,  
NARANJA, AZUL, VERDE O  
MORADA



## 1 día antes de la colonoscopia: Tomar medicamentos

- Cada medicamento de preparación intestinal tiene una hora de inicio diferente y es un poco diferente
- Su especialista seleccionó la preparación intestinal que es más conveniente para usted dado su historial médico
- Repasaremos las instrucciones de los medicamentos más comunes

### INSTRUCCIONES GENERALES DE PREPARACIÓN INTESTINAL

Por favor, siga las instrucciones de preparación intestinal de su médico.

En general, **1 DÍA antes** de su procedimiento, debe **COMENZAR a tomar** el medicamento de preparación intestinal.

Hay varios tipos de medicamentos para la preparación intestinal (por ejemplo, GoLYTELY®, MiraLAX®). Todos los medicamentos para la preparación intestinal siguen un proceso de "dosis dividida", lo que significa que debe tomar la preparación del colon en dos dosis:

**Dosis #1**

Tomada entre las 3:00 PM y las 6:00 PM **la noche antes** de la colonoscopia

**Dosis #2**

Tomada de 6 a 8 horas antes de la colonoscopia



# Medicamentos comunes: GoLYTELY y Miralax





# ¿Qué esperar de los medicamentos de preparación intestinal?

- En general, los medicamentos de preparación intestinal causarán lo siguiente:
  - Diarrea
  - Hinchazón leve
  - Calambres abdominales leves
- Esto es muy **normal** y significa que el medicamento está funcionando para eliminar las heces de su colon
- Un colon bien preparado produce un líquido **amarillo**



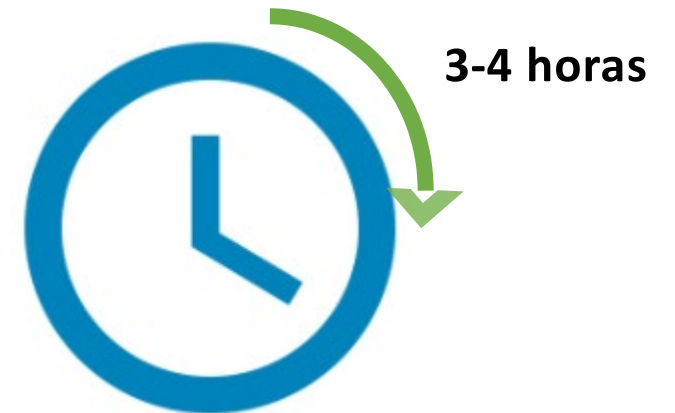
# Otros consejos

- Evite el alcohol, puede deshidratarlo
- Trate de beber al menos 12 vasos altos (alrededor de 8 a 10 onzas cada uno) de líquidos claros durante el día además de lo que bebe con su solución de preparación intestinal / medicamento
  - Alrededor de **3.5 litros en total**
- Se permiten líquidos claros hasta **4 horas** antes del procedimiento, después de esto no debe comer ni beber nada
  - Puede reanudar una dieta normal y medicamentos de rutina después de la colonoscopia
- Ajuste sus medicamentos de rutina según las instrucciones del especialista gastrointestinal y / o su doctor/a primario/a



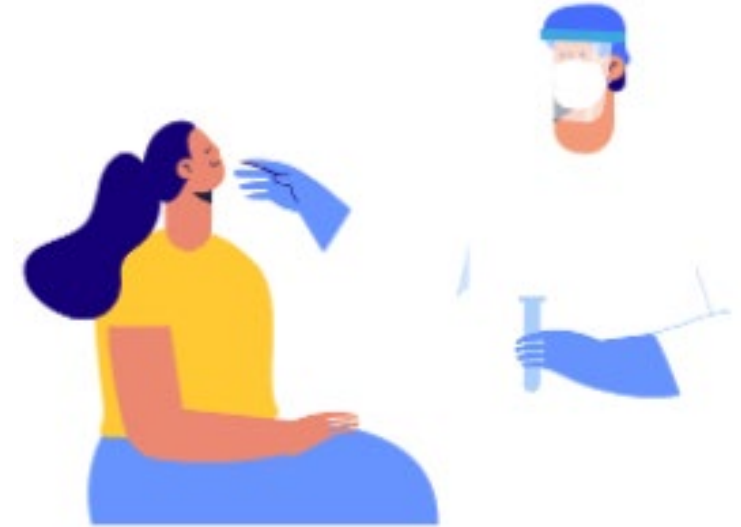
# Necesitarás que alguien te acompañe

- Dado que estará sedado o parcialmente sedado para su procedimiento, deberá tener un **acompañante que tenga 18 años o más**
  - Si no tiene un acompañante en el momento de su cita, su cita será cancelada
- Las colonoscopias suelen durar **40 minutos**, pero espere estar en el consultorio entre **3 y 4 horas**



# Posiblemente necesitarás una prueba de COVID-19

- En el condado de Los Ángeles, la mayoría de los especialistas requieren una **prueba de COVID negativa 3 días antes del procedimiento**
- En el Condado de Orange, los pacientes deben obtener una prueba de COVID negativa si la colonoscopia se realiza en el **hospital**, pero **no** se requiere si se realiza en un **centro quirúrgico**
- Cada especialista es un poco diferente, así que consulte con su especialista si tiene alguna pregunta



# Después de su colonoscopia

- La mayoría de los pacientes son trasladados a una sala de recuperación hasta que acaban los efectos de los sedantes
- Antes de que le den el alta, el especialista le dará instrucciones de cuidados posteriores y le dirá cuándo tendrá noticias de sus resultados
  - A veces puede tardar hasta **2 o 3 semanas** si se tomaron pólipos o biopsias, ya que deben enviarse al laboratorio
- La mayoría de los especialistas programarán una cita para explicarle los resultados
- Después de su colonoscopia, planea relajarse. **¡Descanse!**
- Recuerde que una colonoscopia es generalmente un procedimiento seguro y las complicaciones son raras



# Preguntas Frecuentes

---

- ¿Me van a poner a dormir?
  - La mayoría de los pacientes no son dormidos por completo, pero es posible. Normalmente, se les da un sedante.
- ¿Podré ir a trabajar después de mi colonoscopia?
  - No podrá ir a trabajar después de la colonoscopia. Los sedantes tardan en desaparecer y usted necesitará tiempo para recuperarse. Podrá trabajar al día siguiente.
- ¿Realmente necesito que alguien me acompañe a mi colonoscopia?
  - Sí, necesitarás un acompañante mayor de 18 años.
- Recuerde, la clave para una colonoscopia exitosa es una dieta baja en fibra de 3 a 5 días antes de la colonoscopia y una dieta de líquidos claros 1 día antes de la colonoscopia.



**Si tiene preguntas adicionales, no dude  
en comunicarse con el registro de  
cáncer colorectal llamando al  
888-499-9303**

