



## **RECOMENDACIONES DIETÉTICAS PREVIAS A LA REALIZACIÓN DE LA COLONOSCOPIA EN TURNO DE TARDE**

Los pacientes que se van a realizar una colonoscopia **SÓLO** pueden ingerir los siguientes alimentos durante el **DÍA PREVIO** a la exploración.

### **DESAYUNO:**

- Leche (con café o cacao), té, agua.
- Jugos de fruta colados (tetrabrick)
- Yogurt sin trozos ni semillas
- Pan blanco
- Galletas de agua
- Mantequilla
- Se puede añadir azúcar o miel

### **COMIDA:**

- Agua, bebidas carbonatadas (cerveza, refrescos), jugos de fruta (tetrabrick)
- Sopa de fideos o caldos claros
- Carnes o pescados a la plancha o hervidos.
- Arroz blanco
- Pasta refinada (no integral): macarrones, espagueti.
- Queso tierno
- Sal, ketchup, aceite de oliva, vinagre
- Café, té.

### **MERIENDA:**

- Agua, bebidas carbonatadas (cerveza, refrescos), jugos de fruta (tetrabrick)
- Pan blanco
- Mantequilla
- Galletas de agua

### **CENA (DÍA ANTES DE LA PRUEBA):**

- Solo líquidos claros (leche, semidesnatada, agua, té o manzanilla).

- 
- **NO PUEDE COMER FRUTAS FRESCAS, FRUTOS SECOS, VERDURAS NI LEGUMBRES.**
  - **NO PUEDE COMER PAPAS, POTAJES NI PURES.**
  - **NO SE DEBE AÑADIR SALSAS O CONDIMENTOS APARTE DE LOS ESPECIFICADO**
-

**Preparación para COLONOSCOPIA**  
**con CITRAFLEET®**  
**(turno de tarde)**

**EL MISMO DÍA DE LA PRUEBA:**

**DESAYUNO:** sólo **dieta líquida** (caldo, zumos de frutas colados, té y bebidas de color claro).

Después de desayunar puede beber agua si lo desea, pero no puede ingerir alimentos hasta después de realizarse la prueba.

**Preparación:**

- **A las 11:45 h.:** Tomará un sobre de Citra-Fleet disuelto en 1 vaso grande de agua, seguido de 1 litro de agua en 30 minutos.
  
- **A las 12:30 h.:** Tomará el otro sobre de Citra-Fleet disuelto en 1 vaso grande de agua, seguido de 1 litro de agua en 30 minutos. Por tanto, finalizará la toma aproximadamente a las **13:00 h.**

Permanezca en su domicilio hasta que la deposición sea transparente (de aspecto similar a orina) y ya no sienta necesidad de ir al aseo.

**Nota:**

1. Debe usted acudir **acompañado** para la realización de la colonoscopia. No puede conducir ni marcharse solo tras la realización de la misma.
2. Si está recibiendo tratamiento con **anticoagulantes orales**, debe ponerse en contacto con la unidad que supervisa el control de los mismos para **sustituirlos por Heparina subcutánea**, al menos durante **4 días** antes de la prueba. No debe inyectarse la heparina el mismo día de la colonoscopia.
3. Si está en tratamiento con **hierro oral**, debe suspenderlo **7 días** antes de la prueba.