



RECOMENDACIONES DIETÉTICAS PREVIAS A LA REALIZACIÓN DE LA COLONOSCOPIA EN TURNO DE MAÑANA

Los pacientes que se van a realizar una colonoscopia **SÓLO** pueden ingerir los siguientes alimentos durante el **DÍA PREVIO** a la exploración. **A partir de la merienda SÓLO** ingerirá líquidos claros (agua, té o manzanilla).

DESAYUNO:

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

COMIDA:

- Agua, bebidas carbonatadas (cerveza, refrescos), jugos de fruta colados (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:

- Sólo líquidos claros (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 ESPECIFICADOS.**
-

Preparación Colonoscopia con CITRAFLEET® EXPLORACIÓN POR LA MAÑANA

El día previo a la prueba:

A las 21:00 Horas del día anterior a la prueba, tomará el primer sobre de CITRAFLEET® disuelto en 1 vaso de agua (150ml). Transcurridos 10 minutos, se recomienda beber aproximadamente de entre 1,5 litros a 2 litros de líquidos claros: Caldos colados, bebidas isotónicas, Manzanilla, Té, o Agua.
(Se aconseja no beber exclusivamente agua)

El mismo día de la prueba:

5 HORAS ANTES DE LA COLONOSCOPIA, tomará el segundo sobre de CITRAFLEET® disuelto en 1 vaso de agua (150ml). Transcurridos 10 minutos, se recomienda beber aproximadamente de entre 1,5 litros a 2 litros de líquidos claros: Caldos colados, bebidas isotónicas, Manzanilla, Té, o Agua.
(Se aconseja no beber exclusivamente agua).

Se debe de fijar en las características de última deposición. Marque a cuál de estas definiciones se parece:

- **Similar a la orina**
- **Líquido con grumos amarillentos**
- **Líquido oscuro o muy turbio**
- **Presencia de partículas sólidas**

► **MEDICACIÓN:**

- Si está en tratamiento con **hierro oral**, debe suspenderlo **7 días** antes de la colonoscopia.
- 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

► **RECOMENDACIONES:**

- El paciente debe venir acompañado
- El día de la prueba no puede conducir debido al efecto sedante de la medicación que se usa para la endoscopia.
- En caso de duda o de anulación de la cita póngase en contacto con nosotros. 922 678 039

1

La limpieza del Colon es esencial para el correcto desarrollo de la exploración que le ha sido indicada.

Para mejorar dicha preparación ponemos en marcha este estudio y solicitamos su colaboración siguiendo estos simples pasos.

En primer lugar, es fundamental que siga las instrucciones adjuntas respetando la **DIETA** entregada y el **HORARIO** de la ingesta de la **MEDICACIÓN** que se le ha dispensado en la farmacia.

En cuanto la preparación comience a surtir efecto, debe **todas las deposiciones** en el **inodoro**.



2

Realice **fotografías de la última de las deposiciones**.

Lejos de cualquier escrúpulo, en este procedimiento, la correcta valoración de la limpieza del colon resulta fundamental y esta información será muy importante para mejorar la preparación del procedimiento en el futuro.

Las fotografías deben realizarse con **buena iluminación del wc**, preferiblemente si este es de **color blanco** y a una distancia adecuada, de unos **50 cm del asiento de la taza**.



3

Una vez terminada la preparación, debe mostrar la fotografía al personal de endoscopia el día de la colonoscopia. **El personal de la unidad le ayudará a enviar la fotografía a esta dirección de correo electrónico con un número de episodio:**

**[endoscopia-
huc.scs@gobiernodecanarias.
org](mailto:fotos@endoscopiahuc.info)**

En el **asunto del correo se indicará el número de episodio**, sin ningún otro comentario.



Al llegar a la Unidad de Endoscopia podrá mostrar la imagen para que el personal de enfermería que le reciba pueda valorar cómo se ha preparado.

