



## 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

Ver video explicativo  
escaneando el código:



### **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

Ver video explicativo  
escaneando el código:



### 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**

**La última deposición debe ser realizada en una superficie diferente a la taza del inodoro, bien una escupidera o en un empapador colocado en el bidet.**

**Esto es necesario para valorar la calidad de la limpieza antes de la realización de la prueba, por lo que le solicitamos que tome una imagen de la última deposición, si le es posible, para mostrarla al personal de enfermería que le atenderá a la llegada a la Unidad de Endoscopia.**

#### ➤ **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