

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

Los pacientes que se van a realizar una colonoscopia **SÓLO** se 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

Ver video explicativo  
escaneando el código:



**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).

**DESAYUNO (MISMO DÍA 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 Colonoscopia con CITRAFLEET® EXPLORACIÓN POR LA TARDE

### El mismo día de la prueba:

**A las 07:00 de la mañana**, 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)

**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**

Ver video explicativo  
escaneando el código:



### ► **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 todas 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, **envíe las fotografías a esta dirección de correo electrónico**:

[fotos@endoscopiahuc.info](mailto:fotos@endoscopiahuc.info)

En el **asunto del correo** debe indicar su **número de paciente**, 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.

