



Merrimack Valley Endoscopy Center  
 Pentucket Medical Building-1<sup>st</sup> Floor  
 One Parkway Haverhill, MA 01830  
 978-521-3235



Fecha del  
 procedimiento: \_\_\_\_\_  
 Hora de llegada: \_\_\_\_\_  
 Médico: \_\_\_\_\_

**Cómo prepararse para su Colonoscopia o Gastroscopia y Colonoscopia**      Revised 10/12/21

**INFORMACIÓN DE CONTACTO**

- 978-521-3235 de Lunes a Viernes 7AM- 4PM
- Para cancelar o reprogramar su procedimiento, por favor, llame al menos 5 días antes para que podamos ofrecer su espacio a otro paciente
- Llame con preguntas sobre la prep. o el procedimiento
- Si no puede tolerar su preparación y necesita orientación fuera del horario de trabajo ( el servicio fuera de horario se pondrá en contact con el medico de guardia)
- Si su seguro medico a cambiado desde su ultima visita, usted debe de llamar a MGB centro de Servicios al paciente 877-212-6487

Para Direcciones, visita: <https://pmaonline.com/locations/pentucket-medical-haverhill/>

**¡Regístrese en Patient Gateway! Puede comunicarse con el personal y los médicos y ver los resultados de las pruebas.** <https://patientgateway.massgeneralbrigham.org/>

**Por qué es necesario una limpieza de colon adecuada**

- Una limpieza completa del colon antes del procedimiento es clave para su éxito. Si hay comida en su sistema durante su examen, puede obstaculizar la visualización de cualquier problema que pueda existir, como pólipos y tumores. **El doctor tomará las mejores fotografías de su colon si esta completamente vacio.** Si su colon no está completamente vacío, no podremos completar su examen; se le reprogramará para repetir el examen.
- Si usted a tenido una preparación inadecudo en el pasado, por favor de llamar a nuestra oficina oara mas instrucciones

**Coordinar Transporte a su casa!**



• **DEBE COORDINAR UN TRANSPORTE A CASA CON UN AMIGO O FAMILIAR RESPONSABLE** Usted no podrá conducir por sí mismo hasta su casa después de recibir la sedación. Se permite el uso de un taxi o de transporte público SÓLO si va acompañado de un adulto responsable, un amigo o un familiar. **¡Su procedimiento será cancelado si no se acuerda esto!**

**¿Esta Enfermo o Enferma?**



• **SI TIENE FIEBRE, TOS O CUALQUIER SÍNTOMA DE RESFRIADO/GRIPE; O TIENE ALGUNA PRUEBA CARDÍACA O RESPIRATORIA PENDIENTE, DEBE LLAMARNOS LO ANTES POSIBLE PARA PROGRAMAR UNA NUEVA CITA.**

**¿Toma usted anticoagulantes?**



- Si actualmente está tomando un anticoagulante como **Coumadin, Plavix, Effient, Pradaxa, Xarelto, Eliquis o Brilinta, etc.**, llame al centro de endoscopia 7 días antes del procedimiento al 978-521-3235 para recibir instrucciones adicionales.
- Puede continuar tomándose la aspirina

## Instrucciones para la prep. por partes para la colonoscopia

### Lista de la compra para la prep

- Miralax (polyethylene glycol 3350)- Un botella de 238 gramos
- Dulcolax (bisacodyl) 5mg tabletas - dos tabletas
- Simethicone anti-gas pastillas - cualquier marca- cuatro 125mg o dos 250mg pastillas
- 64 onzas de líquido claro que no sea rojo o morado para mezcla de prep
- Muchos líquidos claros, como se muestra en la página siguiente
- Miralax, Dulcolax, Gas-X o sus equivalentes genéricos están disponibles en muchas tiendas incluyendo su farmacia, Walmart y Target. Son medicamentos de venta libre

### 2 días antes del procedimiento

- Siga una dieta de bajo residuo y bajo fibra como los ejemplos en la página siguiente
- No tome ningún suplemento de hierro o fibra
- Organice para que un miembro de la familia o un amigo le lleve y traiga del procedimiento
- Compre los artículos de la lista de compras

### El día antes del procedimiento

- Prepare su solución: Mezcle toda la botella de Miralax o catorce tapas con 64oz de gatorade, mezcla de crystal light o líquido claro de su elección. Agitar bien y refrigerar
- Usted puede tener una pequeña comida de bajo residuo para el desayuno a las 9AM el día antes de su procedimiento. Vea ejemplos en la página siguiente
- **Siga una dieta liquido claros por el resto del día despues del desayuno**; sin alimentos sólidos, incluyendo lácteos, Vea ejemplos en la página siguiente
- 4PM - Tome 2 comprimidos de Dulcolax con agua
- 6 PM - Tome 250mg simethicone. Beba la mitad de la mezcla de Miralax; un vaso cada 15-30 minutos
- Si se siente mal del estómago, espera 30 minutos y luego empieza a beber cantidades más pequeñas.

### 6 horas antes de la cita programada

- **6 horas antes de su cita:** Tome 250mg of simethicone. Beba la otra mitad restante de la mezcla de Miralax, un vaso cada 15-30 minutos. Esto puede significar que tenga que despertarse muy temprano para comenzar este paso. **Por favor, programe una alarma.** Por ejemplo, si su cita es a la 6:45 am, necesita empezar este paso a las 12:45 am.
- **4 horas antes de su cita** DEJE DE BEBER todos los líquidos y no coma. Si no sigue estas instrucciones, su procedimiento será pospuesto o cancelado. Sin embargo, si usted necesita tomarse su medicamentos importante, por favor tómelos solo con unos muy pequeños sorbos de agua.
- Si es usted diabético y se inyecta insulina, inyéctese sólo la mitad de su dosis habitual de insulina la mañana del procedimiento. Chequee su nivel de azúcar en la sangre antes de llegar
- Por favor, traiga su Cuestionario de Salud completado, la tarjeta de su seguro y una identificación con foto

## Dieta Bajo Residuo/ Bajo Fibra

### Bajo Residuo/ Bajo Fibra- Comer Estos!

- Café, te, leche descremada
- Panes blancos refinados, cereales, pastas y arroz blanco
- Caldo de sopa claro, sopa de pollo
- Carnes suaves, pescado y huevos
- Frutas sin cáscara o semillas (por ejemplo, manzana pelada, guineo, melon, melocotones o peras en lata)
- Vegetales cocido y suave (por ejemplo, remolacha, habichuelas, zanahoria, pepino, berenjena, hongo, papas peladas etc)
- Leche, yogur, quesos bajo en grasa

### Alto Residuo/ Alto Fibra- Evitar Estos!

- Pan integral, cereales integral y pasta integral (por ejemplo, avena, trigo sarraceno, linaza, palomitas de maíz, arroz integral)
- Verduras crudas
- Los siguientes vegetales cocido o crudo: brócoli, coliflor, coles de bruselas, repollo, col rizada, aclega
- Frutas secas, bayas y otras frutas con piel or semillas
- Mantequilla de maní crujiente
- Semillas y nueces
- Habichuelas, guisantes y lentejas secas
- Carnes alto en grasa y comidas fritas

## Ejemplos de dietas líquidas claras



- Agua o agua gasificada
- Café o té negro
- Jugos claros- caldo claro sin solidos
- Paletas de hielo
- Gelatina (Jell-o)
- Agua de coco (sin pulpa)



- No a la leche, productos lácteos o sustitutos lácteos
- Ningún líquido ROJO o MORADO
- No jugo de uva or cereza
- No ponche de frutas
- Ningún jugo con pulpa, como el de naranja