MICHIGAN MEDICINE
UNIVERSITY OF MICHIGAN

Preparación del intestino para una colonoscopia Instrucciones

Miralax®/Gatorade™

Colonoscopy Bowel Prep Instructions Miralax®/Gatorade™(Spanish)

Consulte esta hoja de instrucciones durante toda la semana antes de la colonoscopia.
Refer to this instruction sheet for the entire week before your colonoscopy.

Las instrucciones de preparación para una colonoscopia son extremadamente importantes para una colonoscopia exitosa. Si no sigue las instrucciones exactamente, puede que sus intestinos no estén listos para el procedimiento y tendrá que repetir el procedimiento.
Colonoscopy prep instructions are extremely important for a successful colonoscopy. If you do not follow the instructions precisely, your bowels may not be ready for the procedure and you will need to repeat the procedure.

Cómo planear la colonoscopia **Planning for Your Colonoscopy**
Lea esta información en cuanto la reciba y marque las casillas para indicar que entiende el punto correspondiente.
Please read as soon as you receive this information and check off each box to indicate that you understand each item.

- ☐ **Tiene que preparar el intestino.** Si no ha recibido una preparación del intestino, llame al centro de endoscopia al **(734) 936-9250** o llame sin cargo al **(877) 758-2626.**
  You must do a bowel prep. If you have not received a bowel prep, call the Endoscopy Call Center at **(734) 936 - 9250** or toll-free at **(877) 758 - 2626.**
- ☐ **¿Cómo se llama su preparación?** _____
  What is the name of your prep?
  - Recomendamos que obtenga su receta al menos una semana antes del procedimiento.
    We recommend that you fill your prescription at least a week before your procedure.
- ☐ **Tiene que traer un conductor con usted el día del procedimiento. Tiene que traer un conductor con usted el día del procedimiento.**
  - Usted debe venir acompañado de alguien que maneje, que tenga 18 años de edad o mayor, y esa persona debe estar presente al momento del *check-in* y del alta. Si usted no tiene un conductor en el momento de registrarse, tendremos que programar una nueva cita. You must have a driver who is **18 years or older** present at check in and discharge. If you do not have a driver with you at check in, we will reschedule your appointment.

- El procedimiento completo puede durar de 3 a 4 horas. Dígale al conductor que tiene que permanecer en el lugar de la cita de la colonoscopia hasta que termine la visita.
  Your entire procedure may take 3 to 4 hours to complete. Please tell your driver that they must remain at the colonoscopy appointment during your entire visit.
- **Por favor deje todo lo que sea prenda/joyas y artículos personales en casa.** Si llega a su cita con alguna prenda/joya puesta, es posible que le pidamos que se la quite. **Please leave all jewelry and personal items at home.** If you bring jewelry to your appointment, we may have to ask you to remove it.
- **Por favor no se ponga lentes de contactos.** **Please do not wear contact lenses.**

☐ **Si usted tiene diabetes debe llamar a su médico Si usted tiene diabetes debe llamar a su médico** **If you have diabetes you must call your doctor**

- Las personas con diabetes tienen instrucciones especiales de dieta y medicamentos. Llame al médico que solicitó la colonoscopia para obtener las instrucciones especiales de dieta y de medicamentos.
  People with diabetes have special diet and medicine instructions. Call the doctor who ordered your colonoscopy for your special diet and medicine instructions.

☐ Mire el video en el que le describen los riesgos y beneficios de la colonoscopia (este video es en inglés). **View the video describing risks and benefits of colonoscopy**

- Visite Visit: http://michmed.org/EXL6d

☐ **Si necesita programar una nueva cita** **If you need to reschedule**

- Llame al **(734) 936-9250** o llame gratis al **(877) 758-2626.** Call (734) 936 - 9250 or toll-free (877) 758 – 2626.

¿Qué suministros necesito preparar de antemano? What supplies do I need to prepare in advance?

Obtenga los siguientes suministros en su farmacia local:
Obtain the following supplies at your local pharmacy:

- Dos Dulcolax® (bisacodilo) (pastillas laxantes - cada pastilla contiene 5 mg de bisacodilo (**no** compre el ablandador de heces Dulcolax).
  Two Dulcolax® (bisacodyl) (laxative tablets – each tablet contains 5 mg of bisacodyl (do **not** get Dulcolax stool softener).
- Una botella de Miralax® (8.3 onzas o 238 gramos cada una)
  One bottle of Miralax® (8.3 ounces or 238 grams each)
- Dos botellas de líquido transparente (32 onzas cada una) (**no** de color rojo): Gatorade®, Gatorade Ice® o Powerade®. Two bottles of clear liquid (32 ounces each) (**not** red): Gatorade®, Gatorade Ice® or Powerade®.

Cronología de preparación de la colonoscopia Timeline of the Colonoscopy Preparation

¿Cómo puedo determinar el calendario de preparación de mi colonoscopia?
How will I determine my colonoscopy prep schedule?

La siguiente tabla cronológica le ayudará a determinar qué día de la semana tiene que empezar su preparación. Utilice un marcador o haga un círculo en la fila correcta para determinar qué día tienen que empezar la preparación. **El proceso de preparación empezará por la mañana temprano.**

The timeline table below will help you determine which day of the week to start your preparation. Use a highlighter or circle the correct row to determine which day you will start the prep. **The prep process will begin at the start of the day**.

Si usted cambia el día de la cita, **tiene que** rehacer la tabla cronológica para que coincida con la nueva fecha.

If you reschedule your appointment, you **must** redo the timeline table to match your new date.

Mi cita es
My Appointment Is : _____

(Fecha, día, hora) (Date, Day, Time)

Tabla cronológica Timeline Table

Mi cita es un: My Appointment is on a:	**7 días antes de mi cita es un:** 7 days before my appointment is a:	**3 días antes de mi cita es un:** 3 days before my appointment is a:	**1 día antes de mi cita es un:** 1 day before my appointment is a:
Lunes Monday	Lunes Monday	Viernes Friday	Domingo Sunday
Martes Tuesday	Martes Tuesday	Sábado Saturday	Lunes Monday
Miércoles Wednesday	Miércoles Wednesday	Domingo Sunday	Martes Tuesday
Jueves Thursday	Jueves Thursday	Lunes Monday	Miércoles Wednesday
Viernes Friday	Viernes Friday	Martes Tuesday	Jueves Thursday
Sábado Saturday	Sábado Saturday	Miércoles Wednesday	Viernes Friday

7 días antes de la colonoscopia
7 days before your colonoscopy

Día:
Day: _____

Anote el día de acuerdo con la tabla cronológica
Fill in the day according to the timeline table

- **No** deje de tomar aspirina. **Do not** stop your aspirin.
- Si usted toma un diluyente de la sangre, dígaselo al médico que solicitó la colonoscopia. Si no está seguro de si está tomando diluyentes de la sangre, póngase en contacto con su médico.
  If you take a blood thinner, tell the doctor who ordered your colonoscopy. If you are unsure that you are taking blood thinners, please contact your doctor.
- Deje de tomar suplementos de hierro, tales como sulfato ferroso o complejos de polisacáridos con hierro

  Stop taking any iron supplements, such as ferrous sulfate or polysaccharide iron complex.
- Deje de tomar Fentermina (Adipex-P, Lomira, Fastin, Phentercot) Fentermina + topiromato (Qsymia).Este es un medicamento para la pérdida de peso.
  Stop taking Phentermine (Adipex-P, Lomira, Fastin, Phentercot) Phentermine + topiramate (Qsymia). This is a weight loss medication.

3 días antes de la colonoscopia 3 days before your colonoscopy **Día:** Day: _____

Anote el día de acuerdo con la tabla cronológica
Fill in the day according to the timeline table

- Deje de comer palomitas de maíz, maíz, frijoles, nueces, frutas con semillas pequeñas, tomates y apio.
  Stop eating popcorn, corn, beans, nuts, fruits with small seeds, tomatoes and celery.

El día antes de la colonoscopia: The day before your colonoscopy **Día:** Day: _____

Anote el día de acuerdo con la tabla cronológica
Fill in the day according to the timeline table

- **Ningún alimento sólido a partir de ahora hasta que se realice el procedimiento.** Empiece una dieta de líquidos transparentes (más abajo). Beba al menos 8 vasos de agua o líquidos transparentes durante el día para evitar una deshidratación.
  No solid food from now until your procedure is done. Begin a clear liquid diet (below). Drink at least 8 glasses of water or clear liquids during the day to avoid dehydration.
- A las 12:00 del mediodía, tome 2 tabletas de Dulcolax. Mezcle 64 onzas de líquido con 8.3 onzas de Miralax y póngalos en el refrigerador (no añada hielo). At 12 noon, take 2 Dulcolax tablets. Mix 64 ounces of liquid with 8.3 ounces Miralax and place in the refrigerator (do not add ice).
- Entre las 5 p. m. y las 6 p. m., beba un vaso de 8 onzas de la solución de Miralax/Gatorade y continúe bebiendo un vaso de 8 onzas cada 15 minutos de ahí en adelante, hasta terminar la

mitad de la mezcla (32 onzas). Programe una alarma cada 15 minutos para mantener un ritmo estable. Between 5 and 6 pm, drink one 8-ounce glass of the Miralax/Gatorade solution and continue drinking one 8 ounce glass every 15 minutes thereafter until half the mixture (32 ounces) is gone. Set a timer for every 15 minutes to keep pace.

- Quédese cerca de un baño porque tendrá diarrea. Stay near a toilet, as you will have diarrhea.

Puede beber estos líquidos transparentes: **You may drink these clear liquids:**	**No tome estos líquidos:** **Do not drink these liquids:**
• Gatorade, Crystal Light Lemonade®, Pedialyte® o Powerade® Gatorade, Crystal Light Lemonade®, Pedialyte® or Powerade® • Café o té (solo negro) Coffee or tea (black only) • Refrescos carbonatados o no carbonatados Carbonated or non-carbonated soda • Bebidas con sabor a fruta Fruit-flavored drinks • Jugo de manzana, jugo de arándano blanco o jugo de uva blanca Apple juice, white cranberry juice or white grape juice • Gelatina o paletas heladas Jell-O or popsicles • Caldo Broth	• Alcohol Alcohol • Leche o sucedáneo de leche sin lactosa Milk or non-dairy creamer • Jugo con pulpa Juice with pulp • Cualquier líquido a través del cual no se pueda ver Any liquid you cannot see through • Caramelo duro Hard candy **Nota: Nada de color rojo o púrpura** **Note: Nothing Red or Purple**

El día de la colonoscopia (a partir de la medianoche (12 am)
The day of your colonoscopy (starting at 12 am midnight)

- **Cero** alimentos sólidos, caldo o gelatina. **No** solid foods, broth or Jello.

5 horas antes de salir de casa para la colonoscopia **5 hours before leaving home for your colonoscopy**

Día/Hora:
Day/Time: _____

Anote el día de acuerdo con la tabla cronológica
Fill in the day according to the timeline table

- Puede que tenga que despertarse temprano. You may have to wake up early.
- Beba el litro final (32 onzas) de la solución de preparación 5 horas antes de salir para su procedimiento. Drink the final liter (32 ounces) of prep solution 5 hours before you need to leave for your procedure.
- Tome sus medicamentos de la mañana con una pequeña cantidad de agua 4 horas antes de su cita (a no ser que se le indique lo contrario). Si usted toma medicamentos para la diabetes

siga las instrucciones de su médico. Take your morning medications with a small amount of water 4 hours before your appointment time (unless you have been told otherwise). If you take Diabetes medications follow your doctor's instructions.

2 horas antes de la colonoscopia
2 hours before your colonoscopy

Día/Hora:
Day/Time:

Anote el día de acuerdo con la tabla cronológica
Fill in the day according to timeline table

- No tome nada por vía oral, incluyendo líquidos, no fume, ni mastique goma de mascar. Stop everything by mouth, including all liquids, smoking and chewing gum.

¡Importante! Important!

Si ha seguido **todas** las instrucciones, sus heces serán un líquido transparente o amarillo y usted estará listo para su colonoscopia.
If you followed **all** of the instructions, your stool will be a clear or yellow liquid and you are ready for your colonoscopy.

Si se forman heces o su preparación no está saliendo como esperaba por favor llame al (734)936-9250 o gratis al (877) 758-2626**.** Fuera de las horas de oficina, durante los fines de semana o festivos llame al operador del buscapersonas al (734) 936 - 6267 y pregunte por el doctor de grastroenterología de guardia.
If your stool is formed or your preparation is not going as expected call (734)936-9250 or toll-free (877) 758-2626. After business hours, on weekends or holidays call the paging operator at (734) 936-6267 and ask to speak with the GI doctor on call.

Consejos para la limpieza del colon: Colon cleansing tips:

1. ¡Permanezca cerca de un baño! Tendrá diarrea, que puede ser bastante repentina. Esto es normal. Stay near a toilet! You will have diarrhea, which can be quite sudden. This is normal.
2. Trate de beber la solución con una pajilla. Puede que sea más fácil de tolerar. Try drinking the solution with a straw. It may be easier to tolerate.
3. En raras ocasiones, en algunas personas la preparación puede causar náuseas o vómitos. Si esto ocurriese, deje de tomarla durante unos 30 minutos, enjuáguese la boca o cepíllese los dientes y después siga bebiendo la solución de la preparación.
   Rarely, people may have nausea or vomiting with the prep. If this occurs, give yourself a 30 -minute break, rinse your mouth or brush your teeth, then continue drinking the prep solution.
4. Puede que tenga cólicos intestinales hasta que su colon se haya vaciado de heces (esto puede tardar de 2 a 4 horas y a veces mucho más). You may have bowel cramps until the stool has flushed from your colon (this may take 2 to 4 hours and sometimes much

longer).

5. Puede que se presente una irritación de la piel del ano o un brote inflamatorio de hemorroides. Si sucediera, siga un tratamiento con remedios sin receta tales como las cremas con hidrocortisona, pañitos húmedos para bebé, Vaselina o almohadillas Tucks®. Evite productos que contengan alcohol. Si le han recetado una crema para las hemorroides, puede utilizarla. No utilice supositorios.
   Anal skin irritation or a flare of hemorrhoid inflammation may occur. If this happens, treat it with over-the-counter-remedies, such as hydrocortisone cream, baby wipes, Vaseline®, or TUCKS® pads. Avoid products containing alcohol. If you have a prescription for hemorrhoid cream, you may use it. Do not use suppositories.

¿Cuándo debo llamar al centro de llamadas? When should I call the call center?

Si ha estado enfermo y ha tenido cualquiera de los siguientes síntomas durante las 48 horas antes de su cita, por favor llame al centro de llamadas al (734) 936-9250:

- Fiebre por encima de 100.6
- Tos productiva (tos con flema)
- Diarrea
- Vómito (no relacionado con la toma de la purga)

If you have been ill and have had any of the following symptoms within 48 hours of your appointment, please call the call center at (734) 936-9250:

- Fever greater than 100.6
- Productive cough (where your cough is producing phlegm)
- Diarrhea
- Vomiting (not related to taking the bowel prep)

➔Dé vuelta a la página para informarse sobre los beneficios, riesgos y alternativas de una colonoscopia

➔Turn the page to learn about the benefits, risks and alternatives for a colonoscopy

¿Cuáles son los beneficios, riesgos, y alternativas de una Colonoscopia?

What are the Benefits, Risks and Alternatives for a Colonoscopy? (Spanish)

Antes de empezar el procedimiento, un miembro de nuestro equipo le pedirá que firme un consentimiento indicando que usted entiende el procedimiento, sus riesgos y beneficios, y las alternativas de una colonoscopia. Lea este folleto, o mire el video en: http://michmed.org/EXL6d para que entienda su consentimiento informado.

Before starting the procedure, a member of our team will ask you to sign an informed consent indicating that you understand the procedure, its benefits and risks, and the alternatives for a colonoscopy. Read this handout or view the video at: http://michmed.org/EXL6d to understand your informed consent.

¿Cuál es el propósito de una colonoscopia? What is the purpose of a colonoscopy?

La colonoscopia es un procedimiento, en el que el doctor introduce una sonda delgada en el ano, para ver el interior de su recto y su colon. La colonoscopia puede mostrar tejidos irritados o inflamados, úlceras, pólipos, y cáncer.

Colonoscopy is a procedure in which a doctor inserts a thin tube into the anus to look inside your rectum and colon. Colonoscopy can show irritated and swollen tissue, ulcers, polyps, and cancer.

¿Cuáles son los beneficios de una colonoscopia? What are the benefits of a colonoscopy?

Los exámenes de colonoscopia pueden encontrar cáncer en etapas más tempranas, y pueden hallar y remover pólipos, antes de que se vuelvan cancerosos. Esto mejora bastante las posibilidades de dar tratamiento de cáncer colorrectal exitosamente, y reduce la posibilidad de que una persona muera de cáncer colorrectal.

Colonoscopy exams can find cancers at earlier stages, and polyps can be found and removed before they become cancerous. This greatly improves the chances for treating colorectal cancer successfully and reduces the chance that a person will die from colorectal cancer.

¿Cuáles son los riesgos de una colonoscopia? **What are the risks of a colonoscopy?**

Un estudio de colonoscopias de detección, encontró que entre 4 y 8 personas de cada 10,000, tienen una complicación grave después de una colonoscopia. Las complicaciones graves incluyen:

- Sangrado. La mayoría de los casos de sangrado, ocurre en pacientes a quienes se les han removido pólipos. El riesgo es mayor, cuando los pólipos son más grandes de 2cm.
- Una rasgadura o un agujero en la pared del colon o del recto (perforación).
- Infección.
- Aspiración que podría llevar a una infección pulmonar (neumonía).
- Reacción al medicamento sedante, incluyendo problemas de respiración o de corazón.

Los riesgos son mayores en gente que está tomando esteroides o medicamentos anticoagulantes, o en personas que tienen enfermedades subyacentes significativas. También existe el riesgo de que el cáncer o los pólipos, no sean detectados.

A study of screening colonoscopies found that between 4 to 8 people in 10,000 have a serious complication after a colonoscopy. Serious complications include:

- Bleeding. Most cases of bleeding occur in patients who have polyps removed. The risk is higher for polyps that are larger than 2 cm.
- A tear or a hole in the colon or rectum wall (perforation).
- Infection.
- Aspiration that may lead to a lung infection (pneumonia).
- A reaction to the sedating medication, including breathing or heart problems.

Risks are higher in people taking steroids or anti-coagulation medicines, or in people that have significant underlying diseases. There is also a risk that cancer or polyps will not be detected.

¿Cuáles son las alternativas? **What are the alternatives?**

Hay otras pruebas de detección que pueden detectar anormalidades en el colon y el recto, pero la colonoscopia es el único método que le permite al médico tomar muestras de tejido, y/o remover pólipos durante el procedimiento. Esto reduce la necesidad de pruebas y cirugías adicionales.

There are other screening tests that may detect abnormalities in the colon and rectum but colonoscopy is the only method that enables the doctor to take a sample tissue and/or remove polyps during the procedure. This reduces the need for additional tests and surgeries.

Descargo de responsabilidad: El presente documento contiene información y/o material instructivo creado por Michigan Medicine para el paciente típico con su condición/afección médica. Puede incluir enlaces para acceder a contenidos en línea que no han sido creados por Michigan Medicine y por los cuales Michigan Medicine no asume ninguna responsabilidad. Este documento no sustituye las recomendaciones médicas de su doctor/profesional de salud porque su experiencia puede diferir de la del paciente típico. Converse con su médico/profesional de la salud si tuviera alguna pregunta sobre este documento, su condición/afección médica o su plan de tratamiento.

La Información Educativa para Pacientes de Michigan Medicine está autorizada bajo la licencia Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0 Unported License. Última Revisión el 11/2021

Disclaimer: This document contains information and/or instructional materials developed by Michigan Medicine for the typical patient with your condition. It may include links to online content that was not created by Michigan Medicine and for which Michigan Medicine does not assume responsibility. It does not replace medical advice from your health care provider because your experience may differ from that of the typical patient. Talk to your health care provider if you have any questions about this document, your condition or your treatment plan.

Patient Education by Michigan Medicine is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0 Unported License. Last Revised 11/2021