

GoLytely: preparación por la mañana

(Nulytely, Gavilyte, Colyte)

IMPORTANTE: Lea todas las instrucciones al menos dos semanas antes del procedimiento.

Si necesita reprogramar el procedimiento, llame al 206-223-2319 con al menos 72 horas de anticipación para evitar un cargo por cancelación tardía.

Diez días antes

- Asegúrese de contar con un adulto responsable (mayor de 18 años)** para que lo lleve a casa y se quede con usted el día del procedimiento. Si el procedimiento incluye sedación y usted no cuenta con la compañía de un adulto responsable, el procedimiento se cancelará. No es necesario que el adulto responsable se quede, pero debe estar disponible para atender llamadas antes de comenzar el procedimiento y para ir a buscarlo, como máximo, 15 minutos después de finalizado.
- Si usted toma alguna medicación para la diabetes o anticoagulantes (a excepción de aspirina de 81 mg o 325 mg, o Plavix),** comuníquese con el médico que emite las recetas para recibir instrucciones. **Si está tomando Plavix (clopidogrel),** lea las instrucciones de la página 2. Puede seguir tomando una aspirina diaria (de 81 mg o 325 mg) sin interrupciones.

Tres días antes

- Comience una dieta baja en fibras (vea la "Guía para la dieta baja en fibras" en la página 3).
- Si tiene estreñimiento, puede tomar una tapa de Miralax por día.
- Deje de consumir aceite de pescado, suplementos de hierro y suplementos de fibra. No use enemas de aceite mineral.
- Recoja GoLytely y ondansetrón (dos tabletas de 4 mg) en su farmacia.
- Compre simeticona en cápsulas o comprimidos masticables (Gas-X, Anti-Gas y Equate Gas Relief) en el mostrador.

Horas antes del horario de registro

- Deje** de comer alimentos sólidos y comience una dieta a base de líquidos claros (vea "Guía para la dieta líquida clara" en la página 5), y beba de 1 a 4 vasos de agua o líquidos claros.
- A las 6 p. m.,** comience a beber GoLytely, un vaso (8 onzas) cada 15 minutos, hasta que haya bebido 3/4 de la botella (3 litros). Debe terminar de beber el último 1/4 (1 litro) de la botella en la mañana.

- Si siente náuseas en algún momento durante la preparación, tome un comprimido de ondansetrón y espere 30 minutos. Si sigue sintiendo náuseas, tome el segundo comprimido de ondansetrón y baje el ritmo del consumo de agua.

Día del procedimiento

- Continúe con la dieta líquida clara hasta seis horas antes del horario de registro.
- Temprano en la mañana:** Tome sus medicamentos habituales con sorbos de agua (incluidos los medicamentos para la hipertensión y las aspirinas), excepto los que se enumeran en la página 2.
- Seis horas antes del horario de registro,** limite los líquidos claros a agua, café negro o té (sin endulzantes, crema ni leche, y no beba más de dos tazas de café).
- Tome dos cápsulas o comprimidos masticables de simeticona antes de comenzar a beber el último litro de GoLytely.
- Cuatro horas antes de salir de casa:** Termine de beber el último litro de GoLytely al menos dos horas antes del horario de registro.
- No debe ingerir nada en las dos horas previas al registro para el procedimiento.**
- No consuma sustancias que alteren el estado mental el día del procedimiento, tales como alcohol, marihuana u otras sustancias "recreativas". **Si lo hace, se cancelará el procedimiento.**
- Planifique pasar entre 1,5 y 2 horas en Virginia Mason para el procedimiento, desde que se registra hasta que le dan el alta.

Después del procedimiento

- Durante el procedimiento, se le suministrarán medicamentos que pueden afectar significativamente su juicio. Planifique tomarse el día libre en el trabajo. Por su seguridad, no debe conducir, tomar otro medio de transporte ni retirarse del centro médico sin un adulto responsable. Postergue las decisiones importantes hasta el día después del procedimiento.

Información sobre medicamentos

Continúe tomando sin interrupciones:

- Cualquier medicamento de rutina que no se encuentre en la lista de lo que no puede tomar.
- Medicamentos para la hipertensión.
- Aspirina diaria (de 81 mg o 325 mg).
- Multivitamínicos que contengan hierro.
- Miralax y otros laxantes.

Contáctese con el médico que emite las recetas para recibir instrucciones:

- Medicamentos para la diabetes.
- Cualquier anticoagulante, a excepción de aspirinas diarias (de 81 mg o 325 mg) o Plavix (clopidogrel).

NO TOME durante los tres días previos al procedimiento (o cinco días previos al procedimiento, en el caso de que usted esté completando una preparación extendida o de dos días):

- Suplementos de hierro
- Suplementos de fibra
- Aceite de pescado
- Enemas de aceite mineral

Si usted toma Plavix (clopidogrel):

Deje de tomarlo cinco días antes del procedimiento, a menos que se le haya colocado un stent en el corazón en los últimos 12 meses o haya tenido un infarto en los últimos tres meses. En ese caso, deberá contactarse con el profesional de la salud que le receta Plavix (suele ser su médico de cabecera o cardiólogo) para saber si es seguro seguir tomando el medicamento. En algunos casos, se le puede pedir que continúe tomando Plavix durante el procedimiento o que re programe el procedimiento para más adelante.

Guía para la dieta baja en fibras

Leche y lácteos

PUEDE COMER

- ✓ Leche
- ✓ Crema
- ✓ Chocolate caliente
- ✓ Suero de leche (buttermilk)
- ✓ Quesos
- ✓ Crema agria

NO PUEDE COMER

- ✗ Yogur mezclado con semillas, nueces, granola, o fruta con cáscara/ semillas

Pan y granos

PUEDE COMER

- ✓ Panes y granos elaborados con harina blanca refinada
- ✓ Arroz blanco
- ✓ Galletas saladas
- ✓ Cereal bajo en fibra (por ejemplo, de crema de trigo o copos de maíz)

NO PUEDE COMER

- ✗ Arroz marrón o salvaje
- ✗ Pan integral, bocadillos, pasta o galletas saladas
- ✗ Cereales integrales o altos en fibra (por ejemplo, granola o avena)
- ✗ Pan o cereales que contengan nueces o semillas

Carnes y mariscos

PUEDE COMER

- ✓ Pollo
- ✓ Pavo
- ✓ Cordero
- ✓ Cerdo magro
- ✓ Ternera
- ✓ Pescado y mariscos, excepto salmón
- ✓ Huevos
- ✓ Tofu

NO PUEDE COMER

- ✗ Carne dura con cartílago
- ✗ Salmón

Legumbres

PUEDE COMER

- ✓ Ninguna

NO PUEDE COMER

- ✗ Guisantes secos
- ✗ Frijoles secos
- ✗ Lentejas
- ✗ Cualquier otra legumbre

Frutas

PUEDE COMER

- ✓ Jugo de frutas sin pulpa
- ✓ Puré de manzana
- ✓ Melón cantaloupe o rocío de miel maduro
- ✓ Damascos y duraznos maduros y pelados
- ✓ Frutas enlatadas o cocidas sin semillas ni cáscara

NO PUEDE COMER

- ✗ Frutas con semillas, cáscara o membranas (incluyendo bayas, piñas, manzanas, naranjas y sandías)
- ✗ Frutos secos (incluyendo pasas de uva)
- ✗ Cualquier fruta enlatada o cocida sin semillas ni cáscara

Verduras

PUEDE COMER

- ✓ Verduras enlatadas sin cáscara o sin pelar (incluyendo zanahorias, hongos, nabos, y puntas de espárragos, todos ya pelados)
- ✓ Papas sin cáscara
- ✓ Pepinos sin semillas ni cáscara

NO PUEDE COMER

- ✗ Verduras que estén crudas, tengan cáscara, o semillas
- ✗ Maíz
- ✗ Papas con cáscara
- ✗ Tomates
- ✗ Pepinos con semillas y cáscara
- ✗ Repollo o repollos de bruselas cocidos
- ✗ Guisantes verdes
- ✗ Calabaza de verano o invierno
- ✗ Frijoles de lima
- ✗ Cebollas

Continúa en la página siguiente >

Guía para la dieta baja en fibras *(continuación)*

Nueces, mantequilla de nueces, semillas

PUUEDE COMER

- ✓ Mantequilla de maní/almendra/castaña de cajú cremosa (suave)

NO PUEDE COMER

- ✗ Nueces (incluyendo maní y almendras)
- ✗ Mantequilla de nuez con trocitos
- ✗ Semillas como las de hinojo, sésamo, calabaza, girasol

Grasas y aceites

PUUEDE COMER

- ✓ Manteca
- ✓ Margarina
- ✓ Aceites vegetales y otros
- ✓ Mayonesa
- ✓ Aderezos para ensalada que no contengan semillas ni nueces

NO PUEDE COMER

- ✗ Aderezos para ensalada que contengan semillas o nueces

Sopas

PUUEDE COMER

- ✓ Sopas de caldo filtrado
- ✓ Sopas a base de leche o de crema, filtradas

NO PUEDE COMER

- ✗ Sopas no filtradas o que contengan hierbas
- ✗ Ají
- ✗ Sopa de lentejas
- ✗ Sopa de guisantes
- ✗ Sopa filtrada de frijoles
- ✗ Sopa de maíz

Postres

PUUEDE COMER

- ✓ Natilla
- ✓ Pudín liviano
- ✓ Helado (sin nueces ni frutas)
- ✓ Sorbetes
- ✓ Gelatinas sin fruta agregada o sin colorantes de color rojo, verde o morado
- ✓ Galletas o pasteles elaborados con harina blanca, sin semillas, frutos secos ni nueces

Postres *(continuación)*

NO PUEDE COMER

- ✗ Coco
- ✗ Nada que contenga semillas o nueces
- ✗ Nada que contenga colorantes de color rojo, verde o morado
- ✗ Galletas o pasteles elaborados con harina integral, semillas, frutos secos o nueces

Bebidas

PUUEDE BEBER

- ✓ Café
- ✓ Té
- ✓ Chocolate caliente o cacao
- ✓ Bebidas frutales claras (sin pulpa)
- ✓ Gaseosas y demás bebidas con gas
- ✓ Ensure, Boost, o Enlive que no contengan fibra

NO PUEDE BEBER

- ✗ Jugos de fruta o de verduras con pulpa
- ✗ Bebidas con colorantes de color rojo, verde o morado

Otros

PUUEDE COMER

- ✓ Azúcar
- ✓ Sal
- ✓ Jalea
- ✓ Miel
- ✓ Jarabe
- ✓ Jugo de limón

NO PUEDE COMER

- ✗ Coco
- ✗ Palomitas de maíz
- ✗ Confituras
- ✗ Mermelada
- ✗ Condimentos
- ✗ Pickles
- ✗ Aceitunas
- ✗ Mostaza de granos molidos

Guía para la dieta líquida clara

En las 24 horas previas al horario de registro, solo podrá ingerir los siguientes líquidos claros:



✓ Agua/agua saborizada/agua de coco



✓ Gelatinas (excepto rojas, verdes o moradas)



✓ Café negro o té (puede contener endulzantes, pero no leche ni crema, y recuerde no beber más de dos tazas de café durante la mañana en que se realizará el procedimiento)



✓ Paletas heladas (**excepto** rojas, verdes o moradas) sin crema ni fruta



✓ Bebidas energéticas claras (excepto rojas, verdes o moradas)



✓ Jugos claros, como los de manzana, uva blanca, limonada sin pulpa, y arándano blanco (sin pulpa ni colorantes de color rojo, verde o morado)



✓ Caldo claro (de vegetales, carne o pollo)



✓ Gaseosas

En las seis horas previas al horario de registro, límitese a beber solo los siguientes líquidos claros:



✓ Agua



✓ Café negro (no más de dos vasos durante la mañana del procedimiento, sin endulzantes, crema ni leche)



✓ Té claro (sin endulzantes, crema ni leche)

NO BEBA:

- ✗ Licuados
- ✗ Batidos
- ✗ Jugos que no sean claros: de naranja, piña, pomelo, y tomate
- ✗ Leche, con o sin lactosa
- ✗ Sopas que no sean caldos claros o no estén filtrados (es decir, que aún contienen hierbas)
- ✗ Cereales cocidos
- ✗ Jugos, paletas heladas o gelatinas que contengan colorante rojo, verde o morado
- ✗ Contraste con bario/oral
- ✗ Limite el consumo de alcohol

¿Cómo sé si mi preparado esta funcionando bien?

(solo para colonoscopia)

Mire estos ejemplos para comparar:



- Después de beber todo el preparado, sus heces deberían ser líquidas, de color amarillo y claras, como la N.º 5. Si es así, ¡está listo!
- Sin embargo, si sus heces son sólidas, tienen partículas semisólidas o se ven como las N.º 1, 2 o 3, no está totalmente listo y necesita beber más preparado o cancelar su procedimiento.
- **Es muy importante que beba TODO el preparado. No deje de beberlo solo porque haya tenido varias evacuaciones claras.**