

Center for Care and Discovery (CCD), 7th Floor
5700 S. Maryland Ave, Chicago, Illinois 60637 | Teléfono: 773.702.8402

Información básica y cómo prepararse

Enema MiraLAX

La prueba de detección salva vidas

El cáncer colorrectal es la segunda causa principal de muertes por cáncer en los Estados Unidos.

Si tiene 50 años de edad o más o tiene un historial familiar de cáncer, hacerse una prueba de detección colorrectal puede salvarle la vida. A continuación se describe cómo...

- El cáncer colorrectal generalmente empieza a partir de un crecimiento no canceroso denominado un pólipo que se encuentra en el recto o en el colon.
- Una colonoscopia puede encontrar pólipos con el fin de que se retiren antes de que se conviertan en cáncer.
- Una colonoscopia también puede encontrar de forma temprana cáncer colorrectal, cuando las posibilidades de curarse son buenas.



Qué debe traer a su examen

- Formulario completo de antecedentes médicos.
- Un adulto (18 años de edad o mayor) para que lo lleve a casa. No puede tomar un taxi, transporte médico ni autobús, a menos que alguien vaya con usted después de su consulta.
- Tarjeta del seguro.
- Todos los medicamentos que está tomando, incluso los de venta libre, vitaminas y suplementos.

Preparación para su examen

El colon debe estar limpio de toda materia sólida con el fin de que el médico pueda ver con claridad.

Si su colon no está limpio, es posible que se pueda cancelar su examen.

Deberá comprar medicamentos para su enema (lavado intestinal) en su farmacia local. (Consulte la lista en la parte superior de la página 2).



Medicamentos

Llame a su médico para obtener instrucciones acerca del medicamento por lo menos **una semana antes de** su examen, si usted:

- toma medicamento para la diabetes;
- tiene un reemplazo de válvula cardíaca;
- toma Coumadin (Warfarina), Xarelto, Pradaxa, Eliquis, Savaysa u otro medicamento anticoagulante;
- toma Plavix, Brilinta o Aggrenox, o cualquier

Llegue a su examen una hora antes de la hora de la cita

Rutas en línea: <http://www.uchospitals.edu/visitor/directions>

5 días antes del examen

- Revise las instrucciones del enema.
- Compre una botella de 8.3 onzas de MiraLAX (238 gramos), Glycolax o PEG 3350 (genérico).
- Compre 64 onzas de Gatorade u otra bebida deportiva (que no sea de color rojo o púrpura).
- Compre Bisacodyl 5mg (tabletas de laxante Dulcolax)

3 días antes del examen

- Empiece con una dieta baja en residuos (consulte la hoja de instrucciones).
- **Deje** los suplementos de hierro y de fibra.
- Planifique el transporte hacia su casa.

2 días antes del examen

- Manténgase en la dieta baja en residuos.

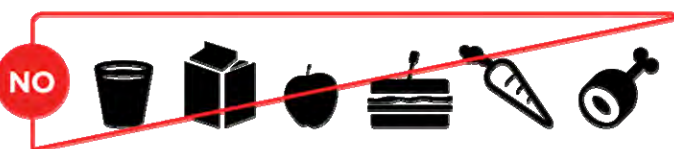
El día antes del examen

Empiece con la dieta de líquidos claros en la mañana

- Beba 8 vasos de agua o líquidos claros durante todo el día.



- **No coma** ningún alimento sólido.
- **No beba** ningún líquido rojo ni morado.
- Puede beber caldo claro (de pollo o de res), agua, jugo de manzana, Gatorade, helados de hielo y café o té (sin leche ni sustituto de leche en polvo). También puede comer caramelos.



2 horas antes del examen: No coma ni beba nada. El examen se podría cancelar si come o bebe algo.

El día antes del examen

A las 12 del mediodía:

- Tome 2 tabletas de Bisacodyl (laxante Dulcolax).
- En una jarra grande mezcle toda la botella de MiraLAX con el Gatorade. Cubra y refrigere.

A las 6:00 p. m.:

- Beba una taza (8 onzas) de la mezcla de MiraLAX cada 15 minutos hasta que se haya terminado la mitad de la jarra.
- Cubra y refrigere la otra mitad de la mezcla de MiraLAX. Usted beberá esto mañana en la mañana.
- Si llegara a vomitar, espere 30 minutos y empiece a beber $\frac{3}{4}$ de una taza (6 onzas) cada 15 minutos hasta que se haya terminado la mitad

4 a 6 horas antes del examen

- Tome los medicamentos aprobados por su médico.
- Está bien tomar aspirina, medicamento para la presión arterial, prednisona u otros esteroides.
- **Beba el resto de la mezcla de MiraLAX (media botella). Beba una taza (8 onzas) cada 10 minutos hasta que se haya terminado la jarra. Termine la mezcla en las siguientes dos horas después de que empezó a tomarla.**
- No omita este paso. Es importante lograr el colon más limpio para tener un examen exitoso.
- **Continúe con la dieta de líquidos claros hasta 2 horas antes de la hora de su cita.**
- Es posible que se deba levantar muy temprano si su examen es en la mañana. Sus deposiciones deben ser un líquido amarillo claro.

Dieta de líquidos claros y consejos para el enema (lavado intestinal)



AT THE FOREFRONT

**UChicago
Medicine**

Unidad de procedimientos de gastroenterología

Es importante que termine TODA la solución para el enema. Es posible que su procedimiento se pueda cancelar si su colon no está limpio o si come o bebe algo que no debe.

Ejemplos de cosas que se comen o beben en una dieta de líquidos claros

- Agua
- Caldo de pollo o res
- Té y café (sin crema ni productos lácteos)
- **No beba ningún líquido que sea rojo ni morado**
- Jell-O sin fruta
- Gatorade u otras bebidas deportivas (no bebidas “energéticas”)
- Kool-Aid o Crystal Light
- Bebidas gaseosas (7Up, ginger ale)
- Jugo (manzana, uva blanca, arándano blanco)
- Paletas de hielo (no sorbetes ni barras de frutas o trozos de fruta)
- Hielos de frutas, hielo italiano

Consejos para beber la solución para el enema

- Muchas veces, la solución para el enema sabe mejor fría o helada.
- Beba toda la dosis rápidamente, en lugar de sorberla por largos períodos de tiempo.
- Trate de beber con una pajilla/popote la solución para el enema.
- Enjuáguese la boca con agua, agua mineral clara o enjuague bucal después de beber la solución.
- Chupe caramelos o chupetes (que NO sean de color rojo o morado)

Si no está seguro sobre qué alimentos o líquidos puede o no puede consumir, hable con su médico. **Llame a Gastroenterología al (773) 702-8402.**

Unidad de procedimientos de gastroenterología de la University of Chicago Medicine.

Traducción para la educación sobre la salud con lenguaje sencillo

realizada por el Departamento de Diversidad, Inclusión y Equidad 23ENE17

Dieta baja en residuos

Unidad de procedimientos de gastroenterología




AT THE FOREFRONT

**UChicago
Medicine**

Empiece una dieta baja en residuos 3 días antes de su examen. Una dieta baja en residuos limita la fibra y otros alimentos que provocan que los alimentos se muevan más rápido en su interior.

Los alimentos bajos en residuos reducen el tamaño de las deposiciones y la frecuencia de las evacuaciones. Esto facilita examinar el colon durante la colonoscopia. Los alimentos bajos en residuos también pueden ayudar a reducir la diarrea y los cólicos abdominales.

Grupos de alimentos	Alimentos que puede comer	Alimentos que no debe comer
<p>Leche y lácteos</p>		<ul style="list-style-type: none">• Helado con nueces o semillas• Queso con nueces o semillas• Helado• Leche de vaca• Yogur o yogur con fruta• Queso• Crema
<p>Bebidas</p> 	<ul style="list-style-type: none">• Agua en botella• Café y té (sin crema ni leche)• Bebidas carbonatadas• Jugo de manzana• Jugo de uva blanca• Jugo de tomate• Bebidas de frutas (sin pulpa y que no sea rojas ni moradas)• Kool-Aid o Hi-C (que no sea de color rojo ni morado)• Gatorade o Powerade• Crystal light (que no sea de color rojo ni morado)	<ul style="list-style-type: none">• Cualquier bebida con pulpa o semillas, como jugo de naranja o toronja.• Jugo de ciruela• Suplementos nutritivos con fibra

Unidad de procedimientos de gastroenterología de la University of Chicago Medicine.

Traducción para la educación sobre la salud con lenguaje sencillo realizada por el

Departamento de Diversidad, Inclusión y Equidad 28 de junio de 2017

Dieta baja en residuos

Unidad de procedimientos de gastroenterología



AT THE FOREFRONT
**UChicago
Medicine**

Grupos de alimentos	Alimentos que puede comer	Alimentos que no debe comer
<p>Panes, cereales y almidones</p>    	<ul style="list-style-type: none">• Panes refinados, rollos, roscas, panecillos ingleses, pan de pita, bizcochos, panecillos (sin frutos secos ni bayas), galletas saladas, panqueques, <i>waffles</i> o pasteles• Cereales cocidos y fríos refinados, como sémola de maíz, harina de fécula, crema de trigo o arroz, avena colada, Cheerios, Corn Chex, Rice Chex, Cornflakes, Rice Krispies, Special K• Papas (sin piel)• Camote/batatas (sin piel)• Arroz blanco• Pasta refinada	<ul style="list-style-type: none">• Panes, cereales y pasta integrales• Avena• Granola• Cualquier pan, cereal, galleta salada o pasta hecha con semillas, frutos secos, coco o fruta cruda o seca ya sea en la superficie o dentro del producto (como roscas con semillas)• Pan de maíz• Galletas Graham• Arroz integral o arroz silvestre• Germen de trigo• Afrecho• Brotes de trigo• Cebada• Cáscara de papas


Dieta baja en residuos

Unidad de procedimientos de gastroenterología



AT THE FOREFRONT

**UChicago
Medicine**

Grupos de alimentos	Alimentos que puede comer	Alimentos que no debe comer
<p>Frutas</p>  	<ul style="list-style-type: none">• Fruta enlatada o cocinada sin piel ni semillas (duraznos, peras, melocotones y manzanas)• Puré de manzana• Plátano maduro• Salsa de gelatina de arándano	<ul style="list-style-type: none">• Fruta cruda (los plátanos están permitidos)• Piña, naranjas, secciones de toronja, fruta mixta en lata• Frutas secas• Todas las bayas y melones• Salsa entera de arándano• Aguacate• Coco
<p>Vegetales</p>   	<ul style="list-style-type: none">• Vegetales sin semillas tiernos y bien cocinados, frescos, enlatados y congelados. (zanahorias peladas, habichuelas/ejotes y remolachas)• Jugo colado de vegetales• Salsa de tomate colada (quitar la pulpa y las semillas)	<ul style="list-style-type: none">• TODOS los vegetales crudos, como lechuga, cebolla, apio, pepino, champiñones o cebollines.• Vegetales con semillas• Vegetales cocinados duros, fibrosos, como: alcachofas, espárragos, habas, brócoli, coles de Bruselas, repollo, coliflor, apio, maíz, pepino, berenjena, hongos, cebollas, guisantes (guisantes verdes), pimientos, col fermentada (chucrut), espinacas, tomates, calabaza de verano, calabaza de invierno, calabacín.

Unidad de procedimientos de gastroenterología de la University of Chicago Medicine.

Traducción para la educación sobre la salud con lenguaje sencillo realizada por el

Departamento de Diversidad, Inclusión y Equidad 28 de junio de 2017

Dieta baja en residuos

Unidad de procedimientos de gastroenterología



AT THE FOREFRONT
**UChicago
Medicine**

Grupos de alimentos	Alimentos que puede comer	Alimentos que no debe comer
<p>Carnes y sustitutos de carnes</p> 	<ul style="list-style-type: none">• Pescado, aves, carne de res, cordero, cerdo, jamón y ternera cocinados y blandos• Huevos• Tofu• Atún• Crema de cacahuete/mantequilla de maní refinada y otras mantequillas de nueces refinadas• Salchichas (solo si las come sin piel)• Tortitas de chorizo o chorizo para el desayuno sin piel	<ul style="list-style-type: none">• Carnes que no son blandas como filete con huesos o chuletas de cerdo• Cartílago• Salchichas con piel• Salami, cortes fríos• Sustitutos de carne hechos con granos integrales, frutos secos o semillas• Frijoles, chícharos/arvejas, lentejas secas• Mantequilla de maní estilo crujiente y otras mantequillas de fruto seco crujientes
<p>Otros</p> 	<ul style="list-style-type: none">• Sal y azúcar• Hierbas y especias molidas o en hojuelas• Vinagre• Kétchup y mostaza• Salsa de soya• Jalea (jalea que no sea roja ni morada ni mermeladas ni conservas)	<ul style="list-style-type: none">• Pimienta• Especias en semilla• Semillas y frutos secos• Coco• Palomitas de maíz• Mermeladas o conservas• Pepinillos y aceitunas

Unidad de procedimientos de gastroenterología de la University of Chicago Medicine.

Traducción para la educación sobre la salud con lenguaje sencillo realizada por el

Departamento de Diversidad, Inclusión y Equidad 28 de junio de 2017