

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 OsmoPrep

#### 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.**

Le deben entregar una receta para el enema junto con estas instrucciones.



#### 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 otro medicamento antiagregante plaquetario.

**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.
- Surta sus recetas médicas para la Solución del enema.

### 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.

**SÍ**



**NO**



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

### 6:00 p. m. el día antes del examen

- Tome 4 tabletas de OsmoPrep con una taza (8 onzas) de líquido claro cada 15 minutos.
- Haga esto hasta que se haya tomado un total de 20 tabletas de OsmoPrep.



- Continúe bebiendo abundantes líquidos claros.

### 5 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.
- **Tome 4 tabletas de OsmoPrep con una taza (8 onzas) de líquido claro cada 15 minutos. Haga esto hasta que se haya tomado un total de 12 tabletas de OsmoPrep.**



- No omita este paso. Es importante lograr el colon más limpio para tener un examen exitoso.
- **Continúe con la dieta de líquidos claros hasta 3 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.

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

**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**

| <b>Grupos de alimentos</b>   | <b>Alimentos que puede comer</b>   | <b>Alimentos que no debe comer</b>   |
|--|--|--|
| <p><b>Panes, cereales y almidones</b></p>     | <ul style="list-style-type: none"><li>• Panes refinados, rollos, roscas, panecillos ingleses, pan de pita, bizcochos, panecillos (sin frutos secos ni bayas), galletas saladas, panqueques, <i>waffles</i> o pasteles</li><li>• 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</li><li>• Papas (sin piel)</li><li>• Camote/batatas (sin piel)</li><li>• Arroz blanco</li><li>• Pasta refinada</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Panes, cereales y pasta integrales</li><li>• Avena</li><li>• Granola</li><li>• 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)</li><li>• Pan de maíz</li><li>• Galletas Graham</li><li>• Arroz integral o arroz silvestre</li><li>• Germen de trigo</li><li>• Afrecho</li><li>• Brotes de trigo</li><li>• Cebada</li><li>• Cáscara de papas</li></ul> |








# 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><b>Frutas</b></p>    | <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Fruta enlatada o cocinada</b> sin piel ni semillas (duraznos, peras, melocotones y manzanas)</li><li>• Puré de manzana</li><li>• Plátano maduro</li><li>• Salsa de gelatina de arándano</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• Fruta cruda (los plátanos están permitidos)</li><li>• Piña, naranjas, secciones de toronja, fruta mixta en lata</li><li>• Frutas secas</li><li>• <b>Todas</b> las bayas y melones</li><li>• Salsa entera de arándano</li><li>• Aguacate</li><li>• Coco</li></ul>  |
| <p><b>Vegetales</b></p>    | <ul style="list-style-type: none"><li>• Vegetales sin semillas tiernos y bien cocinados, frescos, enlatados y congelados. (zanahorias peladas, habichuelas/ejotes y remolachas)</li><li>• Jugo colado de vegetales</li><li>• Salsa de tomate colada (quitar la pulpa y las semillas)</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>TODOS los vegetales crudos</b>, como lechuga, cebolla, apio, pepino, champiñones o cebollines.</li><li>• Vegetales con semillas</li><li>• <b>Vegetales cocinados duros, fibrosos</b>, 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.</li></ul> |

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**

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

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