DIGESNOVA - SALUD DIGESTIVA

GUÍA PARA PACIENTES: PREPARACIÓN PARA COLONOSCOPIA

Documento explicativo claro, visual y paso a paso previa a la colonoscopia

IMPORTANTE: El intestino debe llegar completamente limpio para que la exploración se pueda realizar correctamente. Si la preparación no es adecuada, la prueba puede no realizarse o tener que repetirse. Lea también las instrucciones de la petición de endoscopia y siga los horarios exactamente como aparecen en esta guía.

Resumen rápido

1. **Día -3:** Aumente la hidratación y siga la dieta indicada. Beba al menos 2 litros de agua al día.
2. **Día -1:** Tome solo líquidos claros.
3. **Pauta del laxante:** Se toma en dos partes, separadas según el horario de su cita.
4. **Día 0 (Prueba):** En las 3 horas previas a la prueba debe guardar ayuno absoluto, incluso sin agua.

Plan de Alimentación según los Días Previos

Puede tomar (Alimentos permitidos)	No puede tomar (Alimentos prohibidos)
• Leche y yogur natural desnatados. • Quesos frescos y quesos duros. • Pan blanco o tostado y galletas no integrales. • Caldos sin verduras. • Arroz y pasta no integrales. • Carnes magras y pescados blancos a la plancha o hervidos. • Huevo cocido o en tortilla. • Patata cocida o en puré, sin piel. • Café, té o infusiones suaves.	• Productos integrales. • Frutas, verduras y legumbres. • Frutos secos. • Chocolate, bollería y pasteles. • Carnes grasas y embutidos. • Pescado azul. • Huevos fritos o con salsa. • Leche o derivados enteros.

Día anterior a la prueba: Tome exclusivamente líquidos claros permitidos (agua, caldos filtrados, zumos colados, infusiones, café solo, bebidas isotónicas sin gas). No tome leche de ningún tipo ni alimentos sólidos.

Nota para estreñimiento: Si padece estreñimiento habitual, tome 2 comprimidos de Dulcolaxo la tarde anterior al procedimiento.

Tabla de Horarios de la Preparación

Tipo de cita	Primera parte	Segunda parte	Finalización
Mañana (Antes de las 15:00 h)	Comience a las 21:00 h del día anterior.	Comience 5 horas antes de la hora de la cita.	Debe terminar toda la preparación como máximo 3 horas antes de la prueba.
Tarde (Después de las 15:00 h)	Comience a las 07:00 h del mismo día de la prueba.	Comience 5 horas antes de la hora de la cita.	Debe terminar toda la preparación como máximo 3 horas antes de la prueba.

Pauta General: Cómo Preparar y Tomar

La preparación se realiza en dos tomas. Cada toma se prepara por separado y debe acompañarse de la cantidad de líquidos indicada.

Primera Toma (Paso a paso)	Segunda Toma (Paso a paso)
1. Disuelva 1 sobre en 200 a 250 ml de agua (aproximadamente 1 vaso). 2. Remueva hasta que quede bien mezclado. 3. Beba el preparado reconstituido. 4. Después, beba entre 1,5 y 2 litros de agua o líquidos claros.	1. Disuelva 1 sobre en 200 a 250 ml de agua. 2. Beba el preparado reconstituido. 3. Después, beba entre 1,5 y 2 litros de agua o líquidos claros. 4. Esta cantidad debe tomarse durante las 2 horas siguientes.

Muy importante: La cantidad de líquido posterior a cada toma es obligatoria. Una hidratación insuficiente puede hacer que la limpieza del colon no sea adecuada.

Tabla Específica según el Preparado Prescrito

Preparado	Tomas / Sobres	Preparación	Cómo tomarlo
Macrogol / Polietilenglicol 3500 (Moviprep®)	1ª parte: 1 sobre A + 1 sobre B	Disolver los dos sobres (A y B) en 1 litro de agua.	Beber el preparado durante 1 o 2 horas. Beber además otro medio litro de agua o líquidos claros.
	2ª parte: 1 sobre A + 1 sobre B	Disolver los dos sobres (A y B) en 1 litro de agua.	Beber el preparado durante 1 hora. Beber además otro medio litro de agua o líquidos claros.
Macrogol /	1ª parte: Mitad de sobres	Disolver la mitad de los	Beber la preparación

Preparado	Tomas / Sobres	Preparación	Cómo tomarlo
Polietilenglicol 4000 (Solución Evacuante BOHM®, Casenglicol polvo®, Evacuante Lainco Simple®)	(8 sobres)	sobres en 2 litros de agua.	durante 2 horas.
	2ª parte: Resto de sobres (8 sobres)	Disolver el resto de los sobres en 2 litros de agua.	Beber la preparación durante 2 horas. Total: 4 litros.
Picosulfato (Citrafleet®, Picoprep®)	1ª parte: 1 sobre	Disolver el sobre en 200-250 ml de agua (1 vaso).	Beber el sobre reconstituido. Posteriormente tomar 1,5-2 litros de agua o líquido claro.
	2ª parte: 1 sobre	Disolver el sobre en 200-250 ml de agua (1 vaso).	Beber el sobre reconstituido. Posteriormente tomar 1,5-2 litros de agua o líquido claro durante las dos horas siguientes.

El Día de la Prueba y Después

Antes de la Colonoscopia	Después de la Prueba
• Puede tomar líquidos claros solo hasta 3 horas antes. Después debe guardar ayuno absoluto. No podrá comer ni beber nada, incluido agua. • Acuda acompañado si va a recibir sedación.	• Una hora después puede reiniciar su alimentación habitual, salvo indicación médica distinta. • Si ha recibido sedación, no conduzca ni beba alcohol durante 12 horas. • Puede notar hinchazón o molestias abdominales leves, que suelen ceder espontáneamente.