

## PREPARACIÓN PARA LA COLONOSCOPIA

### ¿QUÉ ES LA COLONOSCOPIA?

Es una exploración que nos permite ver el interior del intestino grueso. En condiciones normales el colon se halla ocupado por heces, que es necesario eliminar antes de la colonoscopia. Además, pueden ser necesarias otras medidas, como la supresión de algunos medicamentos que esté tomando.

### ¿CÓMO CONSEGUIR UNA ADECUADA PREPARACIÓN PARA LA COLONOSCOPIA?

1. Atención a los medicamentos que pudieran dificultar la exploración o aumentar el riesgo de sangrado en caso de tener que realizar algún tratamiento durante la colonoscopia:

–Una semana antes suspenda la toma de preparados de hierro, ácido acetilsalicílico (Aspirina®, Adiro®, Bioplak®, Tromalyt®) y otros antiagregantes (medicamentos utilizados para prevenir la trombosis) como Iscover® o Plavix®, salvo que su médico le indique lo contrario.

–Si está tomando anticoagulantes como Sintrom®, Aldocumar® o Tedicumar®, puede ser necesario suspenderlos de 3 a 5 días antes de la colonoscopia y sustituirlos por otro tipo de anticoagulante inyectado, por lo cual debe ponerse en contacto a tiempo con su hematólogo.

2. Dos días antes de la colonoscopia comience con una dieta baja en residuos:

–Están permitidos los siguientes alimentos: leche y yogur natural desnatados, mantequilla en poca cantidad, quesos frescos y quesos duros; pan blanco o tostado y galletas no integrales; caldos sin verduras, arroz y pastas no integrales; carnes y pescados blancos a la plancha o cocidos, patatas en puré o cocidas, sin la piel, membrillo, melocotón en almíbar, manzana o pera cocida o asada, sin piel; café, té e infusiones ligeras.

–Y prohibidos estos otros: productos lácteos enteros, quesos grasos, productos integrales, frutas, verduras y legumbres, carnes grasas, embutidos, pescados azules, chocolate, pasteles y frutos secos.

Si es diabético escogerá entre los alimentos anteriores los que se ajusten a su dieta para la diabetes.

3. El día anterior a la colonoscopia deje de tomar alimentos sólidos al menos unas 3 ó 4 horas antes de iniciar la limpieza intestinal con uno de los métodos que se exponen en el apartado 4. A partir de ese momento sólo podrá tomar “líquidos claros”: agua, infusiones, caldos filtrados, café o té, zumos de fruta colados y bebidas refrescantes claras.

Si toma pastillas para la diabetes, suspéndalas a partir de la última comida sólida previa a la limpieza intestinal, hasta después de realizada la colonoscopia. Si está a tratamiento con insulina es preferible que le realicen la exploración a primera hora de la mañana o de la tarde y puede ser necesario, debido a las modificaciones en la dieta, reducir las dosis de insulina previas a la colonoscopia (consulte con su médico).

4. Como método de limpieza intestinal puede elegir, según sus preferencias y las indicaciones de su médico, una de las siguientes opciones:

–Opción A. Solución evacuante con polietilenglicol (Marcas comerciales: Evacuante Bohm®, Evacuante Lainco Simple®, Klean Prep®, Omesal®):

- Prepare la solución mezclando el contenido de los sobres con agua, según las indicaciones del fabricante, y tome de 200 a 250 cc (un vaso) de dicha solución cada 15

minutos hasta que las emisiones rectales salgan limpias o haya ingerido un total de 4 litros.

- Si su cita es por la mañana puede hacer una comida ligera, baja en residuos, y tomar los 4 litros de la solución evacuante a partir de las 5 ó 6 de la tarde del día anterior a la colonoscopia o, si lo prefiere, 2 ó 3 litros por la tarde y los restantes 1 ó 2 litros en las 3-4 horas previas a la exploración.

- Si su cita es por la tarde puede hacer una cena ligera, baja en residuos, el día anterior y tomar la solución el mismo día de la exploración a lo largo de la mañana (a partir de las 8 ó 9 de la mañana).

–Opción B. Solución de fosfato sódico (Fosfosoda®, Fosfoevac®, Foslainco®):

- Tomará dos frascos de 45 ml de la solución con unas 10-12 horas de separación entre ellos, a pequeños sorbos, diluyendo el contenido de cada frasco en dos vasos de agua fría o de zumo (piña, albaricoque, naranja). Entre ambos frascos deberá beber abundantes líquidos claros (dos litros mínimo).

- Si su cita es por la mañana puede tomar el primer frasco a las 10 de la mañana y el segundo a las 8 de la tarde del día anterior o, si lo prefiere, el primero a las 7 de la tarde del día anterior y el segundo a las 6-7 de la mañana del mismo día de la colonoscopia (como mínimo 3 horas antes de la exploración). Si elige la segunda opción puede hacer una comida ligera, baja en residuos, a la 1 de la tarde del día anterior.

- Si su cita es por la tarde tome el primer frasco a las 8 de la tarde del día anterior y el segundo a las 11 de la mañana del día de la exploración. El día anterior puede hacer una comida ligera baja en residuos.

No se debe utilizar esta preparación en personas con enfermedades importantes del corazón, riñón o hígado (con insuficiencia cardiaca, renal o hepática), y se debe utilizar con precaución en ancianos y en pacientes debilitados o incapaces de beber la suficiente cantidad de líquidos, así como en pacientes que estén tomando medicamentos para la tensión (consulte con su médico).

–Opción C. Laxante (X Prep®, Puntualex®) + Enemas (Enema Casen®):

- Sólo líquidos claros a partir del desayuno del día anterior.

- A las 4 de la tarde del día anterior tomará el contenido de un frasco de X prep® o de Puntualex® disuelto en agua. A lo largo de la tarde tomará de 1,5 a 2 litros de agua.

- Se pondrá dos enemas de limpieza (Fisioenema® o similar) el día anterior a la colonoscopia antes de acostarse, y otros dos al levantarse, el mismo día de la prueba.

–Opción D. Irrigaciones o lavativas.

- La noche anterior a la exploración se pondrá una irrigación de 2 litros de agua tibia. Para ello deberá disponer de un irrigador y sus accesorios, que puede adquirir en su farmacia, y de una persona que le ayude y sepa como utilizarlos.

- La mañana de la exploración se pondrá otra irrigación de 2 litros. Si al expulsar el agua esta sale sucia, con heces, repetirá la irrigación hasta conseguir que el agua salga limpia.

5. El día de la exploración:

–Deje de tomar líquidos claros unas 3-4 horas antes de la colonoscopia, excepto una pequeña cantidad de agua para tomar sus medicamentos habituales (excepto antidiabéticos orales y medicamentos comentados en el apartado 1).

No se olvide de leer y llevar consigo la hoja del consentimiento informado, que deberá firmar antes de realizar la exploración.

–Deberá acudir acompañado de una persona que se responsabilice de su traslado al domicilio una vez realizada la prueba ya que, debido a los efectos de la medicación (un analgésico y un sedante) que probablemente se le administrará para realizar la colonoscopia, no podrá conducir en todo el día ni volver sólo a casa.

–Informe al médico que le va a realizar la exploración sobre cualquier enfermedad importante que padezca, alergias y medicamentos que toma habitualmente. Si es portador de una prótesis o enfermedad de las válvulas del corazón debe advertirlo, pues en ese caso habrá que administrarle antibióticos antes de realizar la colonoscopia.

Modificado y adaptado de L. Ledo Barro y J. L. Ulla Rocha. Revista española de enfermedades digestivas 2007; 99: 114.