

Preguntas frecuentes sobre colonoscopia/endoscopia

¿Cuánto durará el procedimiento?

El procedimiento suele durar entre 20 y 30 minutos, seguido de un período de recuperación de unos 30 minutos.

¿Es necesario que la persona que me lleva a la clínica se quede todo el tiempo?

Sí, le pedimos que la persona que lo traslada lo acompañe de manera responsable, pues debe aguardar en la sala de espera mientras se realiza el procedimiento.

¿Cuándo debo empezar a consumir solo alimentos bajos en fibra?

Cinco días antes de la colonoscopia, deberá consumir solo alimentos bajos en fibra. Deje de tomar suplementos de fibra o medicamentos antidiarreicos.

¿Puedo tomar los medicamentos recetados los días previos al procedimiento y la mañana del mismo?

Sí, puede tomar los medicamentos recetados los días previos al procedimiento, a menos que su médico le indique lo contrario.

La mañana del procedimiento, tome solo medicamentos para afecciones cardíacas, presión arterial alta, asma y convulsiones. Siga las instrucciones de su médico sobre los anticoagulantes.

¿Cuándo puedo volver al trabajo? ¿Tendré alguna restricción?

Normalmente, puede volver al trabajo al día siguiente. No debería tener ninguna restricción.

¿Puedo desayunar liviano el día anterior a la colonoscopia?

No, durante todo el día previo a la colonoscopia (ya sea que el procedimiento esté programado por la mañana o por la tarde al día siguiente), debe consumir líquidos claros TODO el día sin alimentos sólidos.

¿Puedo comer después del procedimiento?

Sí, puede comer lo que considere tolerable después del procedimiento, a menos que se le indique lo contrario.

Dieta de líquidos claros para la colonoscopia

El día anterior y el día de la colonoscopia, deberá seguir una dieta de líquidos claros. No ingiera ningún alimento sólido hasta después de la colonoscopia.

Deberá beber 8 oz de líquido cada hora. La hidratación es fundamental para una buena limpieza del colon.

Bebidas aptas para beber:

- Agua
- Té y café negro (sin leche ni crema)
- Bebida proteica transparente Premier
- Bebida nutricional Ensure Clear
- Jugos transparentes, de color claro y sin pulpa (p. ej.: manzana, uva blanca, limonada)
- Caldo claro. Sin restos de verduras ni carne
- Refresco claro
- Bebidas deportivas (Gatorade o Propel)
 - SIN colorantes rojos, morados, naranjas ni oscuros
- Paletas
- Gelatina

Bebidas que debe evitar

- Bebidas alcohólicas
- Leche o crema
- Batidos
- Jugo de naranja, pomelo o tomate
- Sopa
- Cereal cocido
- Líquidos rojos, morados y naranjas

Guía de alimentos bajos en fibra

Tipo de alimento o bebida	Sí - Se puede comer o beber	No - Evitar
Leche/Lácteos	Leche Crema Chocolate caliente Suero de leche Queso Yogur Crema agria	No mezclar yogur con: <ul style="list-style-type: none"> - Frutos secos, semillas, granola Frutas con piel o semillas <ul style="list-style-type: none"> - Ej.: bayas
Panes/Granos	Panes y cereales elaborados con harinas blancas refinadas <ul style="list-style-type: none"> - Panecillos, magdalenas, bagels, pasta Arroz blanco Galletas saladas Cereales bajos en fibra <ul style="list-style-type: none"> - Ej.: hojuelas de maíz, arroz inflado, crema de trigo 	Arroz integral o salvaje Pan, panecillos, pasta o galletas integrales Cereal integral o rico en fibra <ul style="list-style-type: none"> - Ej.: granola, salvado con pasas, avena Pan o cereal con frutos secos o semillas
Carne	Pollo, pavo, cordero, cerdo magro, ternera, pescado y mariscos, huevos, tofu	Nada de carne dura con cartílago
Legumbres	No están permitidas	Guisantes secos <ul style="list-style-type: none"> - Incluye frijoles partidos o de ojo negro Frijoles secos <ul style="list-style-type: none"> - Incluye frijoles rojos, pintos, garbanzos Lentejas Cualquier otra legumbre
Frutas	Jugo de frutas sin pulpa Compota de manzana Melón cantalupo y melón verde maduros Damascos y duraznos maduros y pelados Fruta enlatada o cocida sin semillas ni piel	Sin semillas, piel, membranas ni frutos secos <ul style="list-style-type: none"> - Bayas, piña, manzanas, naranjas, sandía Fruta enlatada o cocida con semillas o piel Pasas u otros frutos secos
Verduras	Se permiten algunas verduras cocidas o enlatadas: <ul style="list-style-type: none"> - Verduras enlatadas o cocidas sin piel ni cáscara (zanahorias peladas, champiñones, nabos, puntas de espárragos) - Papas sin piel - Pepinos sin semillas ni cáscara 	No se permiten verduras crudas, con piel, semillas, cáscara ni ciertas otras verduras. <ul style="list-style-type: none"> - Maíz y cebolla - Papas con piel - Tomates - Pepinos con semillas y cáscara - Repollo/coles de Bruselas cocidos - Guisantes, habas - Calabaza de verano e invierno

Frutos secos, mantequilla de frutos secos, semillas	Crema de cacahuete o mantequilla de almendras (suave)	Nada de frutos secos o semillas: <ul style="list-style-type: none"> - Frutos secos, como cacahuetes, almendras y nueces - Mantequilla de frutos secos con trozos - Semillas como hinojo, sésamo, calabaza y girasol
Tipo de alimento o bebida	Sí - Se puede comer o beber	No - Evitar
Grasas y aceites	Mantequilla, margarina, mayonesa Aceites vegetales y otros Aderezos para ensaladas sin semillas ni frutos secos	No se permiten aderezos para ensaladas elaborados con semillas o frutos secos
Sopas	Caldo, consomé, sopas coladas Sopa a base de leche o crema, colada	Sopas sin colar Chile Sopa de lentejas Sopa de frijoles secos Sopa de maíz Sopa de guisantes
Postres	Natillas Budín simple Helado Sorbete Gelatina sin agregado de fruta, colorante rojo o morado Galletas o tortas hechas con harina blanca, preparados sin semillas, frutos secos ni nueces	Coco Cualquier alimento con semillas o nueces Cualquier alimento con agregado de colorante rojo, naranja o morado Galletas o tortas hechas con harina integral, semillas, frutos secos o nueces
Bebidas	Café/Té Chocolate o cacao caliente Bebidas de frutas claras (sin pulpa) Refrescos y otras bebidas carbonatadas Ensure, Boost o Enlive sin agregado de fibra	Jugo de frutas o verduras con pulpa Bebidas con colorante rojo, morado o naranja
Otra	Azúcar Sal Jalea Miel Almíbar Jugo de limón	Coco Palomitas de maíz Mermelada de cualquier tipo Mermelada cítrica Condimentos Pickles Aceitunas Mostaza molida en grano