



GUÍA PARA PACIENTES

Preparación para colonoscopia

Documento que explica de forma clara, visual y paso a paso cómo realizar la preparación previa a la colonoscopia.

Es muy importante que se lea estas instrucciones con atención.

Resumen rápido

- 1 Tres días antes, aumente la hidratación y siga la dieta indicada.
- 2 El día previo tome solo líquidos claros.
- 3 Citrafleet® se toma en dos partes, separadas según el horario de la cita.
- 4 En las 3 horas previas a la prueba debe guardar ayuno absoluto, incluso sin agua.

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 puede tener que repetirse.



Plan de preparación

Estas indicaciones están dirigidas a pacientes adultos. Lea también las instrucciones de la petición de endoscopia y siga los horarios exactamente como aparecen en esta guía.

Día -3

Empiece a hidratarse

Beba al menos 2 litros de agua al día.

Día -3 y -2

Dieta baja en residuos

Evite fibra, frutas, verduras, integrales y alimentos grasos.

Día -1

Solo líquidos claros

Agua, caldos filtrados, zumos colados, infusiones, café solo y bebidas isotónicas.

Día 0

Colonoscopia

Ayuno absoluto en las 3 horas previas, sin alimentos ni líquidos.



Alimentación

Puede tomar

- 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.

No puede tomar

- 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. No tome leche de ningún tipo ni alimentos sólidos.

Si padece estreñimiento habitual, tome Dulcolaxo 2 comprimidos la tarde anterior al procedimiento.



Tabla de horarios

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	Comience a las 07:00 h del mismo	Comience 5 horas antes de	Debe terminar toda la preparación como

Tipo de cita	Primera parte	Segunda parte	Finalización
las 15:00 h	día de la prueba.	la hora de la cita.	máximo 3 horas antes de la prueba.

Recuerde: en las 3 horas previas a la colonoscopia debe mantener ayuno absoluto. No puede tomar alimentos, líquidos ni agua.



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

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.

SEGUNDA TOMA

Paso a paso

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 del preparado

Preparado	Número de 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

Preparado	Número de sobres	Preparación	Cómo tomarlo
Líquidos claros.			
Macrogol / Polietilenglicol 3500 (Moviprep®)	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 / Polietilenglicol 4000 (Solución Evacuante BOHM®, Casenglicol polvo®, Evacuante Lainco Simple®)	1ª parte Mitad de sobres (total 16 sobres)	Disolver la mitad de los sobres en 2 litros de agua.	Beber la preparación durante 2 horas.
Macrogol / Polietilenglicol 4000 (Solución Evacuante BOHM®, Casenglicol polvo®, Evacuante Lainco Simple®)	2ª parte Resto de 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.
Picosulfato (Citrafleet®, Picoprep®)	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.

Líquidos claros permitidos

Sí puede tomar

- Agua.
- Caldo filtrado.
- Zumo colado sin pulpa.
- Té o infusiones.
- Café solo.
- Bebidas isotónicas sin gas.

Consejos prácticos

- Beba poco a poco y de forma continuada.
- No espere a tener sed para empezar a hidratarse.
- Permanezca cerca de un baño al iniciar la preparación.
- Es normal presentar deposiciones líquidas frecuentes.



El día de la prueba y después

Antes de la colonoscopia

- 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.

Después de la prueba

- 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.