

# Instrucciones para la preparación para **endoscopia por cápsula** con Miralax

## Registro:

- 7:45-8:00 am con nuestro personal de la oficina de recepción
- Si llega más tarde de las 8:00 am, no podremos proceder con la endoscopia por cápsula.

## Acerca de la endoscopia por cápsula:

Una endoscopia por cápsula es un procedimiento en el que se ingiere una cápsula del tamaño de las vitaminas que contiene una pequeña cámara inalámbrica que toma miles de imágenes de su tracto gastrointestinal. Las imágenes se transmiten y se guardan en una grabadora en un cinturón que está colocado en su cintura.

## Información clave:

- **NO COMA** ningún alimento sólido durante **TODO EL DÍA** antes del procedimiento. Beba sólo líquidos claros.
- Lleve con usted a su procedimiento su identificación con fotografía, tarjeta de seguro, copago/coaseguro/deducible.

## Qué llevar y qué hacer antes de su procedimiento:

- Debe prever que estará en nuestro centro al menos 10 minutos.
- Lea **ATENTAMENTE** las instrucciones de preparación.

## Medicamentos para bajar de peso/diabetes:

- **Agonistas de GLP-1 (inyectable):** incluidos Mounjaro (tirzepatida), Zepbound (tirzepatida), Trulicity (dulaglutida), Victoza, Saxenda (liraglutida), Adlyxin (lixisenatida), Ozempic (semaglutida), Wegovy (semaglutida), Bydureon BCise (exenatida de liberación prolongada), Byetta (exenatida), suspenda el medicamento inyectable una semana antes de su procedimiento.
- **Agonistas de GLP-1 (oral):** incluidos Rybelsus (semaglutida), suspenda el medicamento oral 24 horas antes de su procedimiento.

## Si tiene diabetes, siga estas instrucciones:

- **Insulina de acción prolongada** (por ejemplo, Lantus, Basaglar, Semglee, Toujeo, insulina glargina): Disminuya la tasa basal a la mitad el día anterior y el día de su procedimiento.
- **Insulina de acción rápida y regular de acción corta** (por ejemplo, Lispro, Humalog, Admelog, insulina regular): si su nivel de azúcar en la sangre es alto y necesita tomar una corrección, tome la mitad o el 50 % de su corrección habitual.  
Esto se aplica al día anterior y al día de su procedimiento.
- **Bomba de Insulina:** Disminuya la tasa basal a la mitad el día anterior y el día de su procedimiento. No administre dosis en bolo.
- **Inhibidores de SGLT2:** incluidos Jardiance (empagliflozin), Brenzavvy (bexagliflozin), Glyxambi (empagliflozin/linagliptin), Invokamet (canagliflozin/metformin), Invokana (canagliflozin), Qtern (dapagliflozin/saxagliptin), Segluromet (ertugliflozin/metformin), Steglatro (ertugliflozin), Steglujan (ertugliflozin/sitagliptin), Synjardy (empagliflozin/metformin), Inpefa (sotagliflozin), Trijardy (empagliflozin/linagliptin/metformin), Xigduo (dapagliflozin/metformin), Farxiga (dapagliflozin), No los tome por cuatro días antes de su procedimiento.

- **Otros medicamentos orales e inyectables para diabéticos:** incluidos Glucophage (metformin), Glucotrol/Glynase Pres Tab/Micronase (glipizide), Amaryl (glimepiride), DiaBeta (glyburide), Tradjenta (linagliptin), Januvia (sitagliptin), Nesina (alogliptin), Onglyza (saxagliptin), Zituvio (sitagliptin), Actos (pioglitazone), Avandia (rosiglitazone) o combinaciones de estos, No los tome el día anterior ni el día de su procedimiento.
- **Controle su nivel de azúcar en la sangre a los intervalos habituales, y además, de ser necesario:** si su nivel de azúcar en la sangre es inferior a 60, tome comprimidos de glucosa en cualquier momento antes de su procedimiento con un sorbo de agua.

## Lista de verificación para garantizar una preparación adecuada

Para asegurarse de realizar correctamente la preparación para el procedimiento, le sugerimos encarecidamente que **IMPRIMA** este documento y marque cada una de las instrucciones a medida que las complete.

**LISTA DE LA TIENDA DE COMESTIBLES:** Compre los artículos a continuación al menos cinco días antes de su procedimiento:

- 1** - botella de 8.3 oz (119 gramos) de MiraLAX o su equivalente genérico. (Solo usará la mitad de la botella).
- 1** - botella de 28 oz (828 ml) o 32 oz (946 ml) de Gatorade (NO rojo ni púrpura). Los pacientes con diabetes deben utilizar Gatorade G2 (versión baja en azúcar, no rojo ni púrpura). Vea la lista de líquidos claros en la página 3.
- 4** - comprimidos de Gas-X (simeticona).
- 1** - vaso/taza de 8 onzas (236 ml) de fácil medición: beberá 8 onzas (236 ml) de líquidos muchas veces.

**5 días** antes de su procedimiento:

- ¡Asegúrese de haber comprado los artículos para la preparación intestinal! (¡Lista precedente!)
- NO** tome medicamentos que detengan la diarrea como Imodium (loperamida), Pepto-Bismol (subsalicilato de bismuto) o Lomotil (difenoxilato/atropina).
- NO** tome suplementos de fibra como Metamucil, Citrucel, Psyllium o Benefiber.
- NO** tome productos que contengan hierro, como multivitaminas o suplementos de hierro.

**3 días** antes de su procedimiento:

- Deje de consumir alimentos con alto contenido de fibra** - Por favor, vea los consejos para una dieta baja en fibra que se adjuntan.

# Lista de verificación: 1 día antes de su procedimiento

- Si tiene **diabetes**, consulte las instrucciones para la diabetes arriba.
- Beba solo líquidos claros durante **TODO EL DÍA** previo a su procedimiento. **NO ingiera alimentos sólidos.**
- Beba al menos 8 onzas (236 ml) de **líquidos claros CADA HORA** después de despertarse.  
Las tablas a continuación contienen ejemplos de lo que puede y no puede beber:

## LÍQUIDOS CLAROS - PUEDE BEBER:

Gatorade, Pedialyte, Powerade, Kool-Aid
Gatorade G2, Propel, Crystal Light
Paletas
Gelatina, jugo sin pulpa (por ejemplo, jugo de manzana)
Café negro
Té, agua
Refrescos transparentes (por ejemplo, Sprite, Ginger Ale)
Agua con gas

## NO BEBA:

<b>NO</b> líquidos de color rojo o púrpura
<b>NO</b> leche ni cremas no lácteas
<b>NO</b> alcohol
<b>NO</b> caldo o sopa
<b>NO</b> jugo con pulpa (por ejemplo, jugo de piña)
<b>NO</b> líquido a través del cual no pueda ver
<b>NO</b> puré de manzana
<b>NO</b> batidos

### 3:00 pm - la noche antes de su procedimiento - prepare la solución de preparación intestinal MiraLAX de la siguiente manera:

- Mezcle media botella de MiraLAX (4,2 oz - 119 gramos) en la botella de Gatorade de 28 oz (828 ml) o 32 oz (946 ml) hasta que se disuelva.  
Es posible que tenga que beber o verter un poco de Gatorade para dejar espacio para el MiraLAX. Mantenga la botella de Gatorade fría en el refrigerador. **NO** añada hielo.
- Tome dos comprimidos de simeticona/Gas X.

### 4:00 pm - la noche antes de su procedimiento:

- 4:00 pm:** Beba 8 onzas (236 ml) de la botella de Gatorade con MiraLAX.
- 4:20 pm:** Beba 8 onzas (236 ml) de la botella de Gatorade con MiraLAX.
- 4:40 pm:** Beba 8 onzas (236 ml) de la botella de Gatorade con MiraLAX.
- 5:00 pm:** Beba el resto de la botella de Gatorade con MiraLAX.
- 5:20 pm:** Beba un vaso de 8 onzas (236 ml) de líquido claro (consulte la tabla anterior).
- 5:40 pm:** Beba un vaso de 8 onzas (236 ml) de un líquido claro.
- 6:00 pm:** Beba un vaso de 8 onzas (236 ml) de un líquido claro.
- 9:00 pm:** Tome dos comprimidos adicionales de simeticona.
- ¡Póngase la alarma!**

### 10:00 p.m. - la noche antes de la hora de registro para su procedimiento:

- Deje de consumir** mentas, goma de mascar, caramelos y tabaco de mascar.
- ¡DEJE DE BEBER CUALQUIER TIPO DE LÍQUIDO!**

# Lista de verificación: el día de su procedimiento

- No debe tomar ningún medicamento **antes de las 10 am del día de su examen**. PUEDE continuar con los medicamentos 2 horas después de ingerir la cápsula.
- Por favor, use ropa cómoda, suelta, de dos piezas.
- NO llegue al examen más tarde de las 8:00 am**. Si llega más tarde, no podremos proceder.
- En la oficina, usted va a ingerir la cápsula y se le colocará el equipo.
- Puede beber líquidos claros **2 horas después** de tragar la cápsula.
- Puede comer una comida ligera **6 horas después** de tragar la cápsula.
- POR FAVOR, REGRESE A LA OFICINA ENTRE LAS 4:00-4:15 PM PARA QUE LE SEA RETIRADO EL EQUIPO.**  
Esto tomará solo unos minutos.

## Instrucciones/expectativas después del examen:

- Después de ingerir la cápsula y hasta que se excrete, no debe estar cerca de ningún campo electromagnético, como un dispositivo de resonancia magnética o una radio amateur (ham).
- No necesitaremos la píldora después de que se excrete.
- El informe estará disponible en aproximadamente 2 semanas. Un asistente médico o de enfermería de su proveedor se comunicará con usted por los resultados. Si tiene alguna pregunta, comuníquese con nuestra oficina.

**¡Felicitaciones, ha completado su preparación!**

### Requisitos de aviso de cancelación del procedimiento:

- La cancelación del procedimiento debe realizarse **tres (3) días hábiles antes de su cita**.
- Si no se proporciona el aviso previo requerido, se cobrará una **tarifa de cancelación**

# Dieta baja en fibra

Una dieta baja en fibra limita la cantidad de residuos alimenticios que deben moverse a través del intestino grueso.

## Alimentos aprobados

### Pan, cereales, arroz y pasta

- Pan blanco, panecillos, galletas, cruasanes, tostadas melba
- Gofres, tostadas francesas, panqueques
- Arroz blanco, fideos, pasta y macarrones
- Patatas cocidas peladas
- Galletas crackers, galletas saladas
- Farina, crema de arroz
- Arroz inflado, cereales de arroz, copos de maíz, Special K

### Carne

- Carne picada (carne de res, pollo, pavo)
- Cordero
- Cerdo
- Ternera
- Pescado
- Aves de corral

### Verduras

- Zanahorias cocidas
- Puntas de espárragos
- Frijoles verdes o amarillos
- Calabaza
- Frijoles de Lima

### Frutas

- Bananas, melón blanco, melón

### Leche/Lácteos

- Leche simple o saborizada, huevos
- Yogur, crema pastelera, helado, queso, requesón

### Grasas, bocadillos, dulces, condimentos y bebidas

- Margarina, mantequilla, aceites
- Mayonesa
- Crema agria
- Aderezo
- Salsa de carne
- Azúcar
- Gelatina clara
- Miel
- Sirope
- Especias/hierbas cocidas
- Consomé, caldo
- Café, té, bebidas carbonatadas
- Pastel simple, galletas
- Gelatina, budín simple, paletas
- Caramelos o pretzels
- Mostaza, ketchup

## Alimentos a evitar

- Panes o panecillos con nueces, semillas o frutas: trigo integral, pumpernickel, centeno, pan de maíz, semillas de chía
- Arroz integral o silvestre, trigo sarraceno, quinua
- Verduras (crudas o al vapor, con semillas): calabaza de invierno, guisantes, brócoli, coles de Bruselas
- Col, cebolla, coliflor, brotes, frijoles cocidos, guisantes, maíz, papas con piel
- Chucrut
- Frutas (crudas o secas) - todas las bayas, higos, dátiles/pasas, ciruelas pasas, jugo de ciruela
- Yogur con nueces o semillas
- Carne procesada – “hot dogs”, salchichas, cortes fríos, carne dura con cartílago