

Preparación para tu Colonoscopia

(Para Niños y Padres)

¿Qué es una Colonoscopia?

Una colonoscopia es una prueba que ayuda a los médicos a mirar dentro de tu intestino grueso (colon) para revisar si hay algún problema. El médico usa un tubo largo y flexible con una cámara en el extremo para observar y, a veces, tomar una pequeña muestra (biopsia) si es necesario.

¿Cómo Me Preparo para la Colonoscopia?

Aquí te explicamos cómo prepararte para el gran día. Puede parecer un poco complicado, pero no te preocupes, ¡te ayudaremos en cada paso!

1. Necesitas Limpiar Tu Colon

Antes de la prueba, tu colon necesita estar limpio para que el médico pueda ver todo claramente. Esto significa que necesitarás beber un líquido especial (llamado "prep") y seguir una dieta especial.

2. Lo Que Puedes y No Puedes Comer y Beber

Tendrás que seguir un plan especial de comida y bebida durante algunos días antes de tu colonoscopia.

- **2-3 Días Antes de la Prueba:**
 - **No comas alimentos sólidos** como carne, pan, verduras o frutas.
 - Solo puedes beber **líquidos claros**, como:
 - Agua
 - Caldo claro o sopa (sin trozos)
 - Jugo de frutas claro (sin pulpa, como jugo de manzana o uva blanca)
 - Bebidas deportivas (sin colorante rojo o morado)
 - Paletas de hielo (sin colorante rojo o morado)
 - Gelatina (sin colorante rojo o morado)
- **El Día Antes de la Prueba:**
 - Solo puedes beber **líquidos claros** nuevamente. Necesitarás beber muchos líquidos para mantenerte hidratado y ayudar a limpiar tu colon.
 - **No comas alimentos sólidos** en todo el día.

3. El Líquido Prep

Necesitarás beber un líquido especial (llamado prep) para ayudar a limpiar tu colon. Este líquido no sabe muy bien, pero es muy importante que lo tomes todo, tal como lo indique el médico.

- **Cómo Funciona:**
Deberás beber el líquido prep en ciertos momentos durante el día antes de la prueba. El líquido hará que vayas al baño con frecuencia, ¡así que asegúrate de estar cerca de un baño! Ayuda a limpiar todo.
- **Consejo:**
Si el líquido sabe mal, prueba enfriarlo en el refrigerador o beberlo con una pajilla (popote). También puedes enjuagarte la boca con agua después de beberlo para ayudar con el sabor.

4. El Día de la Prueba

El día de tu colonoscopia, esto es lo que sucederá:

- **Llega al hospital o clínica:** Asegúrate de llegar a tiempo para tu cita.
- **Preparación:** Una enfermera medirá tu altura, peso y tomará tus signos vitales (como el ritmo cardíaco). También te pondrán una vía intravenosa (una pequeña aguja) en el brazo. Esto ayudará a administrarte el medicamento para que estés relajado y dormido durante la prueba.

5. ¿Qué Sucede Durante la Colonoscopia?

Cuando comience la prueba, te administrarán un medicamento especial (sedación) para que duermas o te relajés mucho y no sientas nada.

- El médico insertará suavemente el tubo en tu cuerpo por el área de abajo (recto). Puede sentirse un poco raro o incómodo, pero estarás dormido y no sentirás dolor.
- El médico usará el tubo para mirar dentro de tu colon y asegurarse de que todo esté bien. Si es necesario, el médico puede tomar una pequeña muestra de tejido (biopsia) o quitar algunos pólipos (crecimientos) del colon.

6. Después de la Prueba

Cuando termine la prueba, te llevarán a una zona de recuperación. Es normal que te sientas un poco aturdido o somnoliento por un rato.

- **Comer y Beber:** Una vez que estés despierto y te sientas mejor, podrás empezar a comer y beber nuevamente. La enfermera se asegurará de que te sientas bien antes de irte a casa.
 - **Ir a Casa:** Necesitarás que alguien te lleve a casa después del procedimiento, ya que el medicamento puede hacerte sentir somnoliento o mareado. Estarás bien, pero deberías descansar el resto del día.
-

7. ¿Cómo Me Sentiré Después?

- **Sentirse Cansado o con Gases:** Después de la prueba, podrías sentirte un poco cansado o tener gases o distensión en el abdomen. Esto es normal debido al aire que se introdujo en tu colon durante la prueba.
 - **Volver a la Normalidad:** Puedes volver a tus actividades normales al día siguiente, pero recuerda descansar y beber muchos líquidos.
-

Recordatorios Importantes:

- **Sigue cuidadosamente las instrucciones del prep** para asegurarte de que tu colon esté limpio y la prueba salga bien.
 - **Mantente hidratado** bebiendo muchos líquidos claros el día antes y el día de la colonoscopia.
 - **Habla con tu médico o enfermera** si tienes alguna pregunta o si algo no se siente bien durante el prep.
 - **Asegúrate de que alguien te acompañe** para llevarte a casa después del procedimiento, ya que el medicamento puede hacerte sentir somnoliento.
-

¡Estamos aquí para ayudarte!

Todo el personal del hospital o clínica se asegurará de que te sientas cómodo y de que estés bien cuidado. ¡Lo estás haciendo muy bien preparándote con tiempo!