

ORIENTAÇÕES DE DIETA E PREPARO PARA COLONOSCOPIA – PICOPREP®MANHÃ OU TARDE

O QUE É COLONOSCOPIA?

É um procedimento que permite examinar o intestino grosso (cólon), introduzindo-se um tubo flexível (colonoscópio) através do reto. O procedimento é realizado com anestesia para evitar desconforto. Você deve vir acompanhado (a), pois não poderá dirigir após o exame.

DIETA

A remoção de fezes do intestino grosso é fundamental para realização do exame. Siga rigorosamente as orientações abaixo. Os medicamentos listados poderão ser obtidos nas farmácias.

Interromper os seguintes Medicamentos para realização do exame

- Se faz uso de antiagregantes plaquetários ou anticoagulantes, solicitamos que entre em contato com seu médico para autorização da suspensão de tais medicamentos, pois há risco de sangramento caso seja realizado biópsias ou polipectomia. Dentre eles são
- ANTICOAGULANTES XARELTO – não tomar por 02 dias
- CLOPIDOGREL/WARFARINA/CILOSTAZOL/ENOXAPARINA/APIXABANA e outros que são medicamentos para afinar o sangue – não tomar por 05 dias
- VICTOZA/SAXENDA (LIRAGLUTIDA) não tomar por 5 dias
- OZEMPIC/TRULICITY/WEGOBY (SEMAGLUTIDA/DULAGLUTIDA)
- MOUNJARO (TIRZEPATIDA) - **não tomar** por 21 dias

NOS DOIS (2) DIAS QUE ANTECEDEM A COLONOSCOPIA:

NÃO CONSUMIR: sementes, amendoim, nozes, castanhas, cereais integrais (linhaça, trigo, aveia, centeio, cevada, chia, cereais matinais), feijão, lentilha, milho, ervilha, para não prejudicar o preparo de cólon.

UM (1) DIA ANTES DA COLONOSCOPIA (Véspera do Exame):

ESTÃO PROIBIDOS (não pode comer):

- Refeições volumosas, mesmo os alimentos permitidos;
- Alimentos com sementes e fibras (jiló, quiabo, pepino, tomate), frescos ou secos; (jiló, quiabo, pepino, tomate), frutas (frescas ou secas)
- Milho cozido, em conserva, pamonha, curau ou pipoca;
- Alimentos gordurosos, frituras;
- Carne vermelha, aves ou peixe;
- Leite e derivados (iogurte, queijo, requeijão, manteiga, margarina);
- Líquidos escuros ou vermelhos (suco de uva ou morango, café, chás vermelhos ou escuros);
- Bebidas com resíduos (sucos com gomos, bagaços, sementes);
- Bebidas alcoólicas.

SÃO PERMITIDOS (pode comer):

- Alimentos leves em pequena quantidade (sopas, caldos, purês)
- Alimentos à base de carboidrato: macarrão (sem molho e sem queijo ralado), batatas (cozidas ou assadas);
- Torradas sem grãos, bolachas “água e sal”;
- Ovos cozidos à vontade;
- Gelatinas claras (abacaxi, maracujá, tangerina);
- **Líquidos claros sem resíduos**, como chás claros (hortelã, cidreira, camomila), sucos claros coados em peneira fina ou de caixa, água de coco, isotônicos (exemplo: Gatorade® limão, maracujá ou abacaxi)

MEDICAÇÃO

UM (1) DIA ANTES DA COLONOSCOPIA (Véspera do Exame)

Tome os seguintes medicamentos:

2 (DUAS) CAIXAS DE PICOPREP®

- O **PICOPREP®** é um laxante em pó e cada caixa tem dois sachês (envelopes).
- O pó de 02 envelope deve ser dissolvido em 300 ml de água (1 copo de água) a temperatura ambiente;
- Colocar sempre o pó na água e nunca a água sobre o pó;
- Ao colocar o pó na água ele deve efervescer - não tomar enquanto está efervescendo;
 - Mexer com uma colher por 2 a 3 minutos até que mude de cor e tenha uma aparência levemente turva, quase transparente;
- A solução pode ficar quente enquanto o **PICOPREP®** se dissolve. Espere a solução esfriar para depois beber. **Não colocar na geladeira para esfriar**;
- Tomar imediatamente após terminar a preparação;
- **ATENÇÃO:** Conforme o horário de seu exame, tomar os sachês de **PICOPREP®** nos horários abaixo:

Hora da Colonoscopia	JEJUM DE ÁGUA Á PARTIR DAS	Os 02 primeiros sachês no dia <i>anterior</i> ao exame	Os 02 segundos sachês <i>no dia</i> do exame
07:00 às 09:30	03:00 da manhã	18:00	00:00
10:00 às 11:30	06:00 da manhã	21:00	03:00
12:00 às 13:30	07:00 da manhã	21:00	05:00
14:00 às 15:30	10:00 da manhã	21:00	07:00

IMPORTANTE

Após tomar os PRIMEIROS envelopes de PICOPREP® beber de 1,5 a 2,0 litros de água ou líquidos claros sem resíduos, como chás claros (hortelã, cidreira, camomila), sucos claros coados em peneira fina ou de caixa, água de coco, isotônicos (exemplo: Gatorade® – de limão, maracujá ou abacaxi) **durante as horas seguintes, para que a medicação comece a fazer efeito.**

Após tomar o SEGUNDO envelope de PICOPREP® beber 1 litro de água ou líquidos claros sem resíduos, como chás claros (hortelã, cidreira, camomila), sucos claros coados em peneira fina ou de caixa, água de coco, isotônicos (exemplo: Gatorade® – de limão, maracujá ou abacaxi) **na hora seguinte (tomar líquidos em 01 hora). Após isso, permanecer em jejum de alimentos e líquidos por 06 horas antes do seu exame.**

NO DIA DA COLONOSCOPIA:

- COMIDAS E BEBIDAS (sucos, leite e caldos), **ESTÃO PROIBIDAS.**
- ÁGUA CONFORME TABELA ACIMA.

DEVE APLICAR

PHOSFOENEMA® ou FLEET ENEMA® (medicamentos utilizados para lavagem do reto).

- Aplicar o líquido de uma bisnaga no reto 1-2 horas antes de sair de casa para realizar o exame
- Segure o líquido no reto por alguns minutos e evacue a seguir;
- Em caso de dúvida, siga as orientações da bula.

USO DE OUTROS MEDICAMENTOS

É importante informar ao seu médico e aos médicos endoscopistas que farão seu exame sobre:

- Alergia a medicamentos;
- Problemas nas válvulas do coração, pois haverá necessidade do uso de antibiótico profilático. Informe nossas recepcionistas assim que chegar na clínica para realizar o exame;
- Uso de medicamentos para afinar o sangue (antiagregantes ou anticoagulantes);
- Doenças crônicas: asma, enfisema, diabetes, doença cardíaca, renal, cerebral, etc;
- Medicamentos que está utilizando (traga anotado para não esquecer)

ORIENTAÇÕES GERAIS

- *Utilize roupas e sapatos confortáveis no dia do exame;*
- *Após a realização do exame o cliente poderá ingerir líquido e se alimentar regularmente;*
- *No dia do exame não é recomendado dirigir ou operar máquinas.*