



## ORIENTAÇÕES PARA DIETA E PREPARO PARA COLONOSCOPIA

### NA ANTEVÉSPERA DO EXAME –

#### **Seguir rigorosamente a seguinte dieta:**

**CAFÉ DA MANHÃ:** Cream Cracker de água e sal, queijo branco, gelatina, chá, água de côco, sucos de frutas sem bagaço e coados, café preto e leite (somente desnatado)

**COLAÇÃO:** semelhante ao café da manhã

**ALMOÇO:** peito de frango grelhado, peixe assado ou cozido, arroz branco bem cozido, legumes (batata, chuchu, cenoura) cozidos em água ou no vapor, feijão (somente o caldo, sem caroço), massas com molho vermelho, ovo cozido / pochê, gelatina.

**LANCHE DA TARDE:** semelhante ao café da manhã

**JANTAR:** sopa de legumes (batata, batata baroa, chuchu, cenoura) batida no liquidificador e coada, canja de galinha ou as mesmas opções do almoço.

#### **NÃO É PERMIDIDO COMER:**

- FOLHAS, VERDURAS, FRUTAS, LEGUMES (que não foram citados acima);
- ALIMENTOS MUITO GORDUROSOS;
- ALIMENTOS COM CAROÇO, COMO QUIABO, TOMATE, JILÓ;
- ALIMENTOS INTEGRAIS EM GERAL;
- SEMENTES DE LINHAÇA, QUINOA, CUZCUZ MARROQUINO, MILHO;
- FEIJÃO – PERMITIDO APENAS O CALDO, BEM COADO;
- LEITE – PERMITIDO APENAS O DESNATADO

Beber, pelo menos, 2 litros de líquido ao longo do dia (água, água de côco, bebidas isotônicas, como Gatorade)

### NA VÉSPERA DO EXAME –

Seguir a mesma dieta do dia anterior. Beber, pelo menos, 3 litros de líquido ao longo do dia

#### **MEDICAÇÃO:**

**PICOPREP®:** 1 caixa (2 sachês)

- Preparar a solução seguindo as etapas abaixo:
  - Ingerir o **1º sachê** às **14h**.
  - O conteúdo do sachê (pó) deve ser dissolvido em um copo de água (150 ml) em temperatura ambiente;
  - Colocar sempre o pó na água e nunca a água sobre o pó, para o pó se dissolver adequadamente;
  - 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 o pó esteja dissolvido por completo e a coloração uniforme;
  - Se a solução ficar quente enquanto o PICOPREP® se dissolve, espere a solução esfriar (+ ou - 5 minutos) para depois beber - Não colocar na geladeira para esfriar;
  - Tomar imediatamente após a preparação, após o produto ter se dissolvido completamente e a solução ter esfriado;
  - **Depois de tomar o 1º sachê:** beber 1,5 Litros de água ou líquidos claros sem resíduos (como descrito anteriormente – pelo menos 5 copos de 250 ml) durante as horas seguintes;
  - Ingerir o **2º sachê** às **18h**

- **Depois de tomar o 2º sachê:** beber 1 Litro de água ou líquidos claros sem resíduos (como descrito anteriormente – pelo menos 4 copos de 250 ml) durante a hora seguinte.

**ATENÇÃO:** Após às **22h** não comer mais nada.

## NO DIA DO EXAME –

**MANITOL a 20 %:** 2 frascos (cada um de 250 ml)

Ingerir às **4h** a solução a ser preparada da seguinte forma: Diluir os frascos de manitol com 250 ml de suco de laranja OU de limão coados e 30 gotas de simeticona (Luftal®). Beber essa mistura até acabar.

**Terminar no máximo até às 5h**

## JEJUM ABSOLUTO.

**ATENÇÃO:** É permitido beber líquidos claros até 4 horas antes do exame. A partir de então, jejum **ABSOLUTO**.

**OBS:** Caso faça uso de: Sulfato Ferroso, Ticlopidina, Clopidogrel, Marevan ou outros anticoagulantes, voltar ao seu médico para avaliar a suspensão dos mesmos de 7 a 10 dias antes do exame.

O objetivo deste preparo é a limpeza do intestino. **O preparo ideal consiste na total ausência de resíduos fecais (“água amarelada”).**

- **Trazer sandália / Chinelo**

## ORIENTAÇÕES GERAIS

- Após o uso do medicamento, o paciente deverá ter várias evacuações pastosas e líquidas (diarreia), que é o efeito esperado com o medicamento;
- O intestino estará bem-preparado quando as evacuações estiverem líquidas, sem resíduos e com coloração clara ou amarelo clara;
- O paciente (ou seu responsável) deve informar o médico ou a enfermeira do setor sobre seus eventuais problemas de saúde, gravidez atual ou possível e medicamentos utilizados;
- Em caso da realização de biópsias, pode aparecer um pequeno sangramento nas fezes. Se o sangramento persistir ou aumentar durante alguns dias após o exame, o paciente deve entrar em contato com o serviço onde realizou a colonoscopia;
- Caso apareçam outros sintomas nos dias seguintes da colonoscopia, entrar em contato com seu médico e/ou o serviço onde realizou a colonoscopia.
- Após a realização do exame o cliente poderá ingerir líquidos e se alimentar regularmente.

**É OBRIGATÓRIO VIR COM ACOMPANHANTE MAIOR DE IDADE E CAPAZ**