

PREPARO DO CÓLON PARA A REALIZAÇÃO DE COLONOSCOPIA

Exames realizados nas unidades da Endoview (Leblon, Barra, Tijuca, Freguesia ou Caxias)
com preparo todo feito em CASA

O QUE EU TENHO QUE COMPRAR PARA FAZER O MEU PREPARO?

1. **Picoprep** – compre 01 caixa.
 - Veja como usar mais adiante, na parte “**como fazer meu preparo?**”
2. **Manitol ou Fresenitol ou Sanobiol ou Manitol Halextar 20%** - compre 02 frascos de 250 ml.
 - Veja como usar mais adiante, na parte “**como fazer meu preparo?**”
 - **Compre com antecedência** (nem sempre é fácil e encontrar)
 - **Caso encontre dificuldade para comprar**, tente na internet, Farmácia do Leme, Drogaria Cristal, Farma Hall, Venâncio, Farma Dez.
 - **Importante:** no frasco de Manitol vem escrito **USO VENOSO**, contudo, para colonoscopia, ele será feito por **VIA ORAL**.
 - Veja como usar mais adiante, na parte “**como fazer meu preparo?**”
3. **Simeticona ou Luftal gotas** – compre 01 frasco
 - Esta medicação será usada durante o preparo do intestino (misturada com o manitol).
 - Veja como usar mais adiante, na parte “**como fazer meu preparo?**”
 - Mas também pode ser usada a qualquer momento, caso apresente distensão abdominal ou a sensação de “gases presos”. Neste caso, pode tomar 40 gotas diluída em água até de 6/6 horas.
4. **Domperidona ou Motilium 10mg** – compre 01 caixa
 - Esta medicação pode não ser necessária, mas deve estar disponível durante o preparo e ser usada caso apresente náuseas (enjoo) ou sensação de vômito durante o preparo.
 - Se for necessário o seu uso, tome 1 comprimido até de 6/6 horas.
5. **Proctyl pomada** - 01 frasco
 - Esta medicação também pode não ser necessária, mas deve estar disponível durante o preparo e ser usada caso apresente assaduras em decorrência da evacuação frequente, desencadeada pelo preparo. Lembre-se que a higiene da região perianal deve ser feita sempre com água e toalha, evitando o papel higiênico.
 - Se for necessário o seu uso, aplique na região perianal até 3x/dia

Para imprimir essa receita, clique aqui

**POSSO CONTINUAR A USAR OS MEDICAMENTOS QUE USO NORMALMENTE OU TENHO QUE SUSPENDER?
LEIA COM ATENÇÃO ESTA INFORMAÇÃO!**

Isso é muito importante! Alguns medicamentos podem comprometer a realização de alguns procedimentos durante o exame, como a retirada de pólipos. Desta forma, seria aconselhável sua descontinuação

MAS ATENÇÃO: NENHUMA MEDICAÇÃO DEVE SER ALTERADA OU SUSPESA SEM A PERMISSÃO DO SEU MÉDICO. Desta forma, caso isso seja necessário (vide abaixo), comunique ao seu médico para saber se sua medicação pode ser suspensa ou trocada temporariamente.

****O retorno da medicação deve seguir SEMPRE a orientação do seu médico e do médico da Endoview que realizará o exame.**

1. Medicação para “afinar” o sangue ou anticoagulantes: recomenda-se sua suspensão.

Medicação	Suspender medicação*	Retornar a medicação**
AAS, Aspirina	Manter a medicação	Manter a medicação
Plavix, Clopidogrel	7 dias antes do exame	No dia seguinte ao exame
Brilinta, Marevan, Coumadin, Vasogard, Ginkgo Biloba, Cilostazol	5 dias antes do exame	No dia seguinte ao exame
Rivaroxaban (Xarelto), Apixaban (Eliquis), Edoxaban (Lixiana), Dabigatran (Pradaxa)	2 dias antes do exame	No 2º dia após o exame

2. Medicação usada para perda de peso ou diabetes, conhecidas como análogos do glucagon (GLP-1)

Medicação	Suspender medicação	Retornar a medicação
Semaglutida (Ozempic, Wegovy, Rybelsus)	21 dias antes do exame	No dia seguinte ao exame
Liraglutida (Saxenda ou Victosa), Naltrexona + Bupropiona (Contrave), Dapagliflozina (Forxiga), Empagliflozina (Jardiance ou Glyxambi)	3 dias antes do exame	No dia seguinte ao exame
Tirzepatida (Mounjaro)	14 dias antes do exame	No dia seguinte ao exame
Dulaglutida (Trulicity)	10 dias antes do exame	No dia seguinte ao exame

3. Outras medicações para diabetes: é aconselhável não utilizar estas medicações apenas **no dia do exame**. O nível da glicose (glicemia capilar) deve ser verificado neste dia caso o paciente tenha o equipamento. Em caso de uso de insulina, converse com seu médico endocrinologista para manejo adequado.

4. Outras medicações (hipertensão, colesterol, asma ou bronquite, depressão ou ansiedade): devem ser continuadas, mesmo no dia do exame. Na dúvida converse com seu médico.

5. Pacientes constipados, que fazem uso regular de laxantes: devem manter seu uso até a véspera do exame. Parar apenas se a medicação para constipação forem fibras (Fibernorm, Fibermais, Metamucil, linhaça, psilium, etc.).

COMO DEVO FAZER O PREPARO DO MEU INTESTINO?

- Um bom preparo do cólon é fundamental para a segurança e qualidade do seu exame.
- Quando o preparo não está adequado, existe a possibilidade de que lesões de cólon que podem evoluir para doenças mais graves não sejam vistas.
- Não basta que as evacuações estejam líquidas, é preciso que estejam claras e transparentes.
- Cada intestino pode reagir de forma diferente às medicações, uns funcionando mais e outros menos do que os demais, por isso uma enfermeira da Endoview entrará em contato na manhã do exame para saber como está o preparo e dar orientações necessárias.
- Para isso, é fundamental que as orientações a seguir sejam seguidas à risca, de forma a garantir não só que a qualidade e segurança do exame sejam adequadas, mas também o conforto do paciente.

1) ANTEVÉSPERA DO EXAME (dois dias antes da data do exame)

Neste dia você **fará apenas dieta sem resíduos**. A função desta dieta é facilitar a limpeza do intestino nos dois dias seguintes, uma vez que estes alimentos são quase que totalmente absorvidos pelo intestino delgado, não gerando resíduos para o intestino grosso (cólon). Isso aumenta muito a facilidade e conforto durante seu preparo.

Aqui estão algumas sugestões práticas e fáceis de serem seguidas, mas se desejar uma ampla variação de cardápios, clique no link abaixo

Para ter acesso a várias sugestões de dieta sem resíduos, clique aqui

O que eu **POSSO** comer durante o preparo do cólon?

- Leite e derivados DESNATADOS, leites vegetais (aveia, castanha, amêndoas, soja)
- Café, chás, sucos COADOS (exceto aqueles de cor vermelha)
- Frango, peixe, ovos
- Pães e massas de FARINHA BRANCA (trigo, arroz, amêndoas)
- Legumes COZIDOS E SEM CASCA

O que eu **NÃO POSSO** comer durante o preparo do cólon?

- Frutas de nenhum tipo (crua, assada, frita ou cozida)
- Folhas de nenhum tipo (inclusive de temperos). Exemplo: espinafre, salsa, cebolinha
- Leguminosas. Exemplo: ervilha, feijão, soja
- Leite integral e derivados
- Cereais e quaisquer alimentos integrais
- Alimentos gordurosos, frituras e carnes vermelhas

2) VÉSPERA DO EXAME (dia anterior da data do exame)

Para ter acesso a um vídeo explicativo do preparo, clique aqui

Manter exatamente a dieta do dia anterior.

1. **Picoprep** (a caixa vem com dois envelopes)

• **Que horas devo tomar o Picoprep?**

- Deve ser tomada no **período da tarde**, a sugestão é que seja **entre 16:00 e 18:00 horas**.
- O tempo de limpeza do intestino varia de uma pessoa para outra, mas habitualmente o intestino costuma funcionar por aproximadamente 3 a 4 horas após o término da ingestão do Picoprep. Após este prazo, as evacuações cessam ou reduzem muito sua frequência, permitindo o descanso noturno e o deslocamento para o local do exame sem maiores preocupações.

• **Como devo tomar o Picoprep?**

- **Diluir 01 envelope em um copo de água** (aproximadamente 150 ml) na temperatura ambiente.
- **Mexer com uma colher** a solução até dissolver e ficar translúcida. Esse processo pode aquecer um pouco a mistura. Apenas aguarde alguns minutos até voltar a temperatura ambiente antes de ingerir (o processo é semelhante a uma vitamina C efervescente). Não coloque a solução na geladeira.
- Após ingerir a medicação, **tomar 1,5 L de água ou suco** (aproximadamente 5 copos grandes) **pausadamente** (em torno de 1 hora). Se tomar este volume rápido demais, pode ocorrer desconforto ou náusea, portanto tome de acordo com sua tolerância.
- Em casa, evite permanecer deitado ou sentado, procura **caminhar** para facilitar o esvaziamento do estômago e facilitar o preparo.

3. DIA DO EXAME

PARA EXAMES MARCADOS ANTES DAS 14H

NÃO TOMAR DESJEJUM. Manter somente a ingestão de água ou líquidos claros (importante para a hidratação) até 3 horas antes do horário do exame. Parar toda a ingestão de líquidos **3 horas** antes do procedimento. É imprescindível o jejum absoluto, inclusive de água, nesse período.

PARA EXAMES MARCADOS APÓS AS 14H

Tomar desjejum LEVE (torradas, biscoitos de água e sal com geleia, mel ou queijo cottage) ATÉ 07 HORAS DA MANHÃ. Depois manter apenas **ingestão de água ou líquidos claros (importante para hidratação) até 3 horas antes do exame.** Parar toda a ingestão de líquidos **3 horas** do procedimento – é imprescindível o jejum absoluto, inclusive de água.

6 horas antes do horário agendado para o exame:

1. **Picoprep**

Diluir e depois tomar o conteúdo do outro envelope do Picoprep exatamente como no dia anterior (véspera do exame), seguidos de 1,5L de água pausadamente em um período de 1 hora – descrito acima

5 horas antes do horário agendado para o exame:

2. **Manitol ou Fresenitol ou Sanobiol ou Halexar 20%** - 02 frascos de 250 ml

Misturar 2 frascos com limão coado e gelo a gosto, beber a solução pausadamente em 30 minutos.

Para abrir, basta fazer um corte com uma tesoura ou faca em qualquer extremidade do frasco.

3. Simeticona ou Luftal gotas

Tomar 40 gotas junto (misturado) ou logo após o frasco de manitol.

4. Manter farta ingestão de água, sucos coados, água de coco ou isotônicos (Pedialyte, Gatorade, Powerade, etc.) até **3 horas antes** do exame

5. Observações importantes:

- Caminhar dentro de casa** ajuda no preparo, pois facilita o esvaziamento do estômago.
- É muito importante observar o **aspecto das fezes** que, no final do preparo, devem ter coloração amarelo claro e transparente (semelhante ao aspecto da urina ou guaraná).
- No dia do exame, um profissional da enfermagem da Endoview entrará em contato para ter informações do preparo, orientar e tirar dúvidas, caso existam.

3 horas antes do horário agendado para o exame:

Ficar em **jejum absoluto**, inclusive de água, até a hora do exame. Isso evita o risco de regurgitação do conteúdo gástrico durante o exame, podendo levar sua aspiração para os pulmões (broncoaspiração).

HÁ RISCO DO MEU INTESTINO QUERER FUNCIONAR NO TRAJETO DE CASA PARA O LOCAL DO EXAME?

O **tempo de limpeza do intestino é variável**, mas geralmente ocorre em torno de 3-4 horas. Após este período, as evacuações reduzem muito sua frequência, permitindo o deslocamento para o local da colonoscopia (no dia do exame) sem preocupação.

O QUE EU PRECISO LEVAR NO DIA DO EXAME?

- Apresentar-se na recepção 15 minutos antes da hora marcada, levando:
 - pedido do exame, fornecido pelo médico assistente:** além de ser uma exigência do plano de saúde para autorização, ele contém informações fundamentais que orientam a indicação do exame se há demandas específicas,
 - carteira de identidade e CPF
 - carteira do plano de saúde (quando for o caso)
 - exames de endoscopia ou colonoscopia anteriores (se houver)

POSSO IR SOZINHO(A) OU PRECISO IR ACOMPANHADO?

- Vá acompanhado de um maior que 18 anos.** Caso não seja possível que o acompanhante permaneça durante o preparo, se certifique que ele **poderá estar presente até o momento do exame**
- ATENÇÃO:** a lei brasileira **não permite que seja feita a sedação sem a presença de um acompanhante** para levar o paciente para casa. Caso o paciente não tenha acompanhante o exame precisará ser remarcado.

QUE HORAS SERÁ O MEU EXAME?

- A princípio o exame deve ser no horário marcado, entretanto pode ocorrer alguma variação em decorrência da pontualidade dos pacientes anteriores, da quantidade e tamanho das lesões encontradas e da complexidade técnica dos exames prévios.
- Por isso, **reserve um dia com certa flexibilidade de horário.**

COMO FAÇO PARA PEGAR O RESULTADO DO MEU EXAME E DAS BIÓPSIAS OU PÓLIPOS (CASO TENHAM SIDO RETIRADOS?)

- Após o exame, o paciente é conduzido para o repouso. Lá recebe um lanche leve e deve **aguardar a visita do médico** para informação sobre os resultados do exame e orientações.
- O laudo é entregue neste momento ou, dependendo do caso, enviado posteriormente pela Endoview.
- **IMPORTANTE:** O resultado do histopatológico (pólipos, biópsias, etc.) deve ser pego **pelo paciente** no laboratório indicado em 7-15 dias. Para tal, o contato do laboratório estará anexado na contracapa do seu laudo. Este resultado e o laudo do exame deverão ser entregues ao médico que solicitou o exame para orientação e conduta.

O QUE DEVO FAZER APÓS EXAME? TEREI ALGUM SINTOMA?

- Em decorrência da insuflação de ar (ou CO₂), utilizado para distender o cólon durante o exame, eventualmente pode ocorrer algum desconforto abdominal (sensação de “gases”) que resolvem em pouco tempo após sua eliminação ou absorção.
- Ocasionalmente as primeiras evacuações podem revelar raias de sangue residual, caso tenham sido retirados pólipos ou biópsias.
- Entretanto, se houver dores mais intensas ou sangramento de maior monta, entre em contato com nosso **número de emergências: (21) 99681-1525 ou (21) 98463-1000**.
- Em casa, pode se alimentar normalmente, mas com alimentos leves, pois sempre há algum efeito residual da sedação.
- Procure ingerir bastante líquido para repor o que foi perdido no preparo.
- O paciente **não pode dirigir qualquer veículo** e deve evitar bebidas alcoólicas.
- O tempo para o intestino voltar a funcionar é extremamente variável. Pode persistir alguma diarreia residual ou demorar dias para ocorrer a primeira evacuação. No caso de diarreia, esta é autolimitada e não precisa tratamento. Se o intestino demorar muito a funcionar e esteja incomodando, pode usar algum laxante (pEx: Muvinalax 01 envelope diluído em 01 copo grande de água)

DÚVIDAS: WhatsApp (21) 98463-1000