

**PREPARO DO CÓLON PARA A REALIZAÇÃO DE COLONOSCOPIA (com ou sem ENDOSCOPIA concomitante)****Exames realizados nos HOSPITAIS onde a Endoview atua****O QUE EU TENHO QUE COMPRAR PARA FAZER O MEU PREPARO?**

1. **Picoprep** – compre 01 caixa.
  - Será usado um envelope na tarde anterior do exame, mas veja como usar mais adiante, na parte “**como fazer meu preparo?**”
2. **Simeticona ou Luftal gotas** – compre 01 frasco
  - Como a medicação para o preparo do exame pode dar a sensação de gases, esta medicação pode ser usada a qualquer momento caso apresente esta sensação de “gases presos” ou caso apresente alguma distensão abdominal. Neste caso, pode tomar 20 gotas diluída em água até de 6/6 horas.
3. **Domperidona ou Motilium 10mg** – compre 01 caixa
  - Esta medicação pode não ser necessária, mas é interessante que esteja disponível durante o preparo e para ser usada caso apresente náuseas (enjoo) ou sensação de vômito durante o preparo.
  - Caso tenha esse sintoma, tome 1 comprimido até de 6/6 horas.
4. **Proctyl pomada** - 01 frasco
  - Esta medicação também pode não ser necessária, mas deve estar disponível durante o preparo e ser usada caso tenha hemorroidas ou 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

**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 SUSPensa 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 acompanhará seu preparo durante a internação.
- 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 restrita de resíduos**. A função desta dieta é facilitar a limpeza do intestino, 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.

## RESUMO DAS ORIENTAÇÕES DA DIETA RESTRITA EM RESÍDUOS NO PREPARO PARA COLONOSCOPIA

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

- Café, chá, mate, sucos claros coados, água de coco e isotônicos (Gatorade ou similar – não usar os de cor vermelha e azul)
- Leite desnatado ou de vegetais (aveia, amêndoas, soja, castanha de caju), iogurte desnatado (sem pedaços de frutas)
- Banana-prata amassada (uma) ou maçã sem casca raspada (uma) ou purê ou papa de frutas ou assadas e sem casca.
- Torradas (sem fibras) ou pães brancos (pão de forma sem casca, francês ou árabe): 2 a 3 unidades.
- Cream cracker ou bolacha de água e sal

- Ovos: pode comer 01 gema com duas claras de ovos (mexidos, pochê ou cozidos).
- Requeijão light ou cottage: 2 colheres das de sopa.
- Geleias (sem pedaços de frutas) ou mel: 2 colheres das de sopa: até 5 unidades. Tapioca pequena: 2 colheres das de sopa.
- Arroz branco, caldo de feijão (coado, não pode grão), macarrão pronto ou massas de farinha branca (trigo, arroz).
- Carnes brancas cozidas ou grelhadas (peixe ou frango). Legumes cozidos e sem casca (batata, cenoura, chuchu)
- Sopas de legumes (batata, cenoura, chuchu, abobrinha, abóbora, inhame) com frango desfiado, caldo de frango sem gordura, peito de frango ou canja sem gordura
- Picolé de frutas (não usar os de cor vermelha e azul) ou pedaço pequeno de chocolate (30-50 gramas)

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

- Pães integrais, pães doces, macarrão integral, arroz integral
- Leite e derivados (exceto os desnatados).
- Queijo Minas ou amarelo (os únicos queijos que podem são: ricota, cottage e requeijão light)
- Mais de uma gema de ovo (claras podem duas), frios e embutidos (salsicha, presunto, linguiça, mortadela etc.)
- Carnes vermelhas, gordurosas ou à milanesa.
- Alimentos gordurosos e frituras em geral.
- Molhos gordurosos (maionese, catchup, mostarda, extratos e molhos de tomate etc.).
- Temperos condimentados: cominho, pimentas, curry etc.
- Farelos, sementes de abóbora/ girassol, cereais com fibras (All Bran, granola, etc.), biscoitos recheados, waffers, salgadinhos,
- Frutas: ameixa, kiwi, manga, laranja, pera, pêssago, abacaxi, melão, coco, morango, abacate, etc. Uva passa, frutas secas.
- Verduras folhosas: repolho, couve manteiga, couve-flor, brócolis, agrião, espinafre etc. Milho, pimentão.
- Feijão (apenas o caldo pode), lentilha, ervilha, grão de bico, nozes, castanhas, amendoim.
- Doces concentrados (goiabada, marmelada, geleia), refrigerantes, água tônica, bebidas alcoólicas
- Bebidas alcoólicas

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

### 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.

**IMPORTANTE:** mesmo sendo extremamente seguro, o Picoprep é um laxante que induz ao aumento das evacuações. Excepcionalmente, alguns pacientes podem ter um efeito um pouco mais intenso ou prolongado, podendo desencadear, em casos excepcionais, alguma queda da pressão. Dessa forma, é importante que toda a movimentação de levantar e/ou caminhar seja lenta e feita em etapas (se estiver deitado, primeiro sente e aguarde antes de levantar,

após levantar, aguarde antes de caminhar). Caso sinta tonteiras, procure deitar e elevar as pernas. Aumente a hidratação oral e entre em contato com o telefone da Endoview caso isso ocorra.

### 3. DIA DO EXAME: O RESTANTE DO PREPARO SERÁ TODO FEITO NO HOSPITAL

No jejum, faça apenas dieta LIQUIDA, SEM RESÍDUOS: água, café, chás, água de coco, sucos COADOS (exceto aqueles de cor vermelha) e/ou isotônicos (Pedialyte, Gatorade, Powerade, etc.), Parar toda a ingestão de líquidos **3 horas** do procedimento – é imprescindível o **jejum absoluto, inclusive de água**.

A enfermeira do hospital orientará todo o restante do seu preparo.

CRONOGRAMA DO PREPARO - RESUMO		
Etapas	Horário	O que fazer?
<b>2 dias antes do exame</b>		Dieta sem resíduos
<b>Véspera do exame</b>	entre 16:00 e 18:00	1º envelope do Picoprep
<b>Dia do exame:</b>	Até 6:00	Jejum: apenas dieta LIQUIDA
	7:00	Comparecer a Internação do hospital

### O QUE EU PRECISO LEVAR NO DIA DO EXAME?

- Apresentar-se no **setor de internação** do hospital às **07:00 horas** com:
  - **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)

#### IMPORTANTE:

- **Adornos:** venha SEM ADORNOS (aliança, relógios, brincos, "piercings", joias, etc.), pois todos deverão ser retirados antes do exame, uma vez que podem conduzir energia e provocar queimaduras. Na Endoview não temos cofres para guarda de objetos de valor, sendo esta guarda de responsabilidade do paciente.
- **Implantes e apliques, como megahair e cílios postiços,** também devem ser retirados sempre que possível antes do exame. Quando não for possível sua remoção, apenas avise a enfermagem e ao médico que fará o exame.

### POSSO IR SOZINHO(A) OU PRECISO IR ACOMPANHADO?

- **Vá acompanhado de um maior que 18 anos.** IMPORTANTE: em pacientes com mais de **60 anos** os hospitais não permitem que seja feita a internação sem a presença de um acompanhante. Para aqueles com menos de 60 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.

### COMO SERÁ FEITO O PREPARO NO HOSPITAL?

- Após os **procedimentos burocráticos da internação** (podem durar até uma hora), o paciente é conduzido ao “day clinic” (ou quarto) onde é **avaliado pela enfermagem** e só então é contatado o médico do hospital, que prescreve o preparo seguindo as informações previamente enviadas pela Endoview, para finalmente ser iniciado o preparo.
- Quando o preparo estiver adequado, será necessário um período de **jejum absoluto, inclusive de água, de aproximadamente 3 horas**. Este período de jejum é fundamental para evitar que o conteúdo gástrico regurgite durante o exame, levando a sua aspiração para os pulmões (broncoaspiração).
- O **preparo** será orientado e acompanhado pela enfermagem do hospital. Informe a **enfermagem qualquer problema que ocorra durante o preparo**, pois ela está orientada como resolver eventuais desconfortos.
- Relate sempre para a enfermeira como está o **aspecto das fezes**. Idealmente elas devem estar líquidas e com boa transparência, permitindo a visão do fundo do vaso (tonalidade semelhante a da urina). Caso ainda estejam turvas ou espessas, pode ser necessária alguma complementação do preparo. A enfermeira informará o que fazer, seguindo a orientação do médico.

### QUE HORAS SERÁ O MEU EXAME?

- **ATENÇÃO:** por todas as questões colocadas anteriormente, o **horário do exame é muito variável**, pois depende do tempo da internação, do plantonista (que faz a prescrição), da qualidade do preparo, da disponibilidade de sala e do andamento dos demais exames. Por isso reserve **todo o período da tarde** para a realização do mesmo. A ordem dos exames varia de acordo com alguns fatores, mas será informada no momento da visita do médico da Endoview, antes de serem iniciados os exames.

### HAVERÁ COBRANÇA DA ANESTESIA?

Caso o paciente esteja fazendo seu exame pagando os horários médicos (exames particulares e planos “livre escolha”) ou seu plano de saúde não tenha acordo para pagamento diretamente ao anestesista, esta cobrança será feita após o exame para posterior reembolso pelo plano ou uso no imposto de renda. Para tal, será fornecido relatório médico com o que foi feito e nota fiscal (ou recibo).

Entretanto, na grande maioria dos casos, não há qualquer custo para o paciente, sendo o pagamento do anestesista feito diretamente pelo plano de saúde através de cooperativas ou empresas especializadas.

Importante ressaltar que **planos com coparticipação** cobram dos pacientes uma pequena parte do(s) procedimento(s) realizados. Logo, se por exemplo foi realizada ao mesmo tempo uma endoscopia, uma colonoscopia e uma polipectomia de cólon, o paciente será cobrado pelo plano uma fração de cada um dos três procedimentos endoscópicos, como cada uma das anestésias para tal. Esse critério é o mesmo para qualquer empresa de endoscopia e foi definido pela Associação Médica Brasileira (AMB). A Endoview e a equipe de anestesia não têm como saber se o plano é de coparticipação e nem tem acesso aos valores que seriam cobrados, logo não há como informar isso ao paciente antecipadamente. No caso de dúvidas, contate seu corretor ou plano de saúde.

### 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 de volta para seu quarto. 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 CO<sub>2</sub>), 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**