

## PREPARO DO CÓLON PARA A REALIZAÇÃO DE COLONOSCOPIA (com ou sem ENDOSCOPIA concomitante)

Exames realizados em HOSPITAL, mas com TODO preparo todo feito em CASA (Internação FAST)

### 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 e outro no dia do exame, mas 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.
  - Serão usados apenas no dia do exame, mas veja detalhes como usar mais adiante, na parte **“como fazer meu preparo?”**
  - **Compre com** antecedência (nem sempre é fácil de 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 ENDOVENOSO**, contudo, ele será feito por **VIA ORAL**, sendo seguro e padronizado para o preparo da colonoscopia.
3. **Simeticona ou Luftal gotas** – compre 01 frasco
  - Como as medicações para o preparo do exame podem 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.
  - Ela também será utilizada no dia do exame, misturando 40 gotas com a solução de manitol. Veja detalhes como usar mais adiante, na parte **“como fazer meu preparo?”**
4. **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.
5. **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.

### 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, procure **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 tonteadas, 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

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.), terminando três horas antes do horário programado para o exame.

Parar toda a ingestão de líquidos **3 horas** do procedimento – é imprescindível o **jejum absoluto, inclusive de água**.

- **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.

Parar toda a ingestão de líquidos **3 horas** do procedimento – é imprescindível o **jejum absoluto, inclusive de água**.

- **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.

#### 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 Halextar 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:

- a. **Caminhar dentro de casa** ajuda no preparo, pois facilita o esvaziamento do estômago.
- b. 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).
- c. 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).

**IMPORTANTE:** mesmo sendo extremamente seguros, o Picoprep e o Manitol são laxantes que induzem 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 tonturas, procure deitar e elevar as pernas. Aumente a hidratação oral e entre em contato com o telefone da Endoview caso isso ocorra.

CRONOGRAMA DO PREPARO - RESUMO		
Etapa	Horário	O que fazer?
2 dias antes do exame		Dieta sem resíduos
Véspera do exame	Entre 16:00 e 18:00	1º envelope do Picoprep
Dia do exame:	6 horas antes do exame	2º envelope do Picoprep
	5 horas antes do exame	2 frascos de Manitol + simeticona
	3h antes do exame	Jejum absoluto (inclusive de água)
	1h antes do exame	Se apresentar na internação do hospital

**DÚVIDAS: WhatsApp (21) 98463-1000**