

Clase previa a la colonoscopia (Pre-Colonoscopy Class)

Comenzaremos en breve.



Utilice la aplicación móvil
o la aplicación de
escritorio de Zoom.

- ✓ Asegúrese de tener una buena conexión a Internet.
- ✓ Minimice todas las demás aplicaciones y programas.
- ✓ Suba el volumen.



De forma predeterminada,
su micrófono podría estar
silenciado.



Su micrófono debe estar
silenciado durante el
taller, a menos que tenga
una pregunta.

Experiencia del participante



Teléfono celular

Aplicación	Navegador web
✓	✓
✓	
✓	
✓	
✓	

(por ejemplo, Safari)



Computadora de escritorio o portátil

Aplicación	Navegador web
✓	✓
✓	
✓	✓
✓	
✓	✓

Su presentador

Nombre del presentador

Detalles del presentador

Haga clic en el ícono para
añadir una imagen

Cómo participar en Zoom



Su micrófono



Su cámara



Ventana de chat



Subtítulos



Compartir reacciones

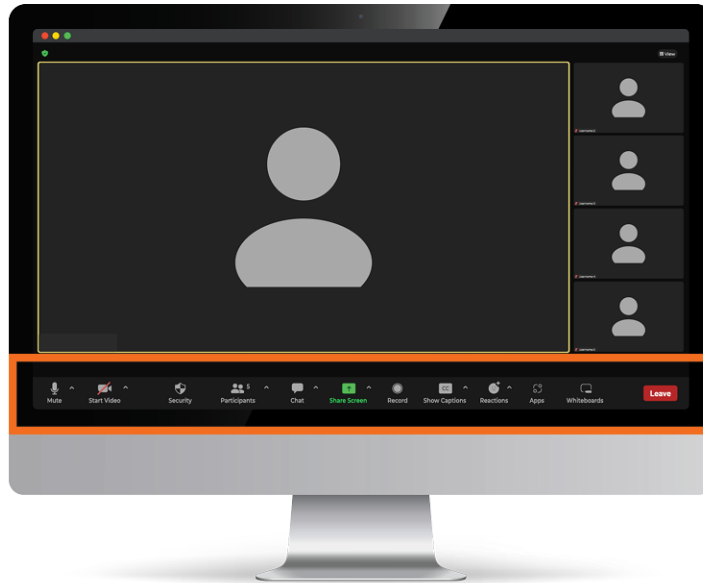


Levantar la mano

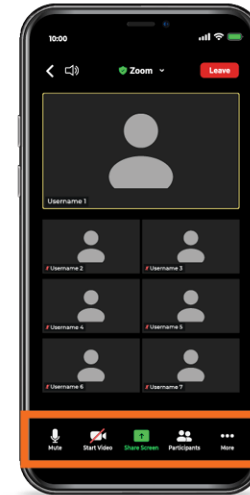


Salir

Barra de controles



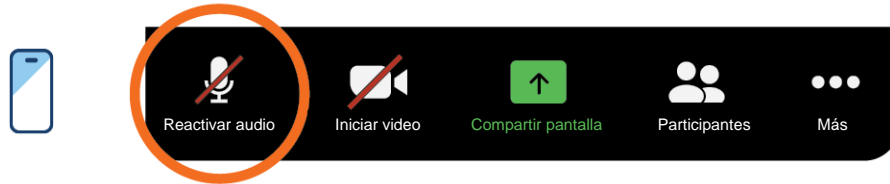
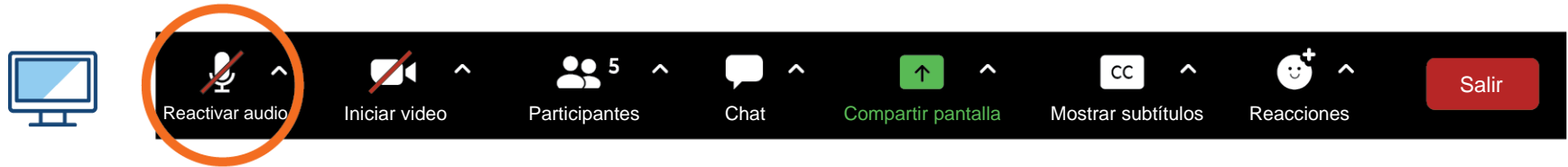
Computadora
de escritorio



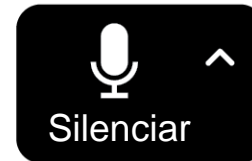
Teléfono inteligente

Barra de controles

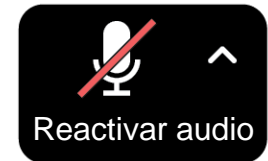
Su micrófono



» Haga clic o pulse el ícono



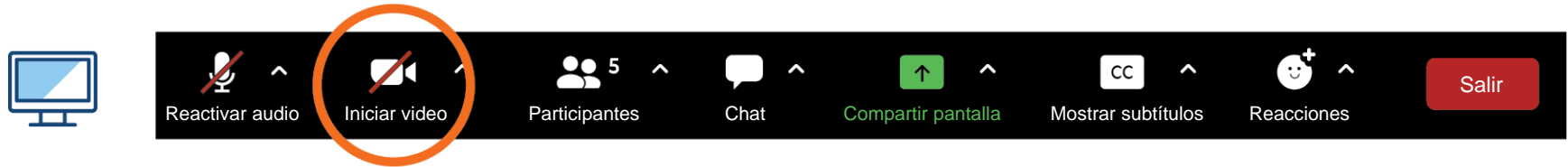
Activado



Apagado

Barra de controles

Su cámara



» Haga clic o pulse el ícono



Activado

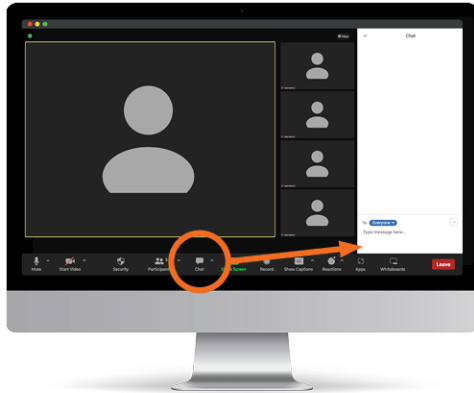


Apagado

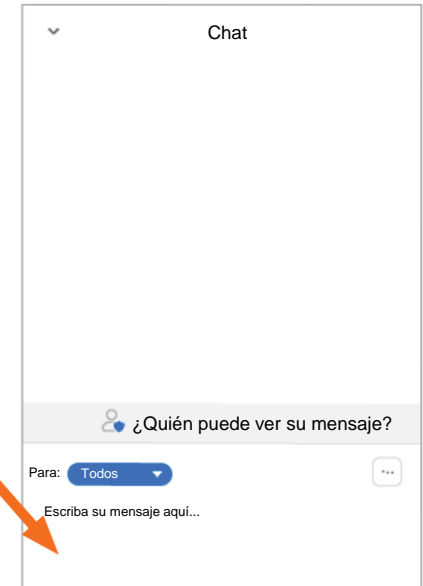
Barra de controles

Chat (computadora de escritorio o portátil)

- 1 Haga clic  en para **abrir** la ventana de chat.



- 2 **Escriba** su mensaje y presione la tecla **“Enter”** o **“Intro”**.



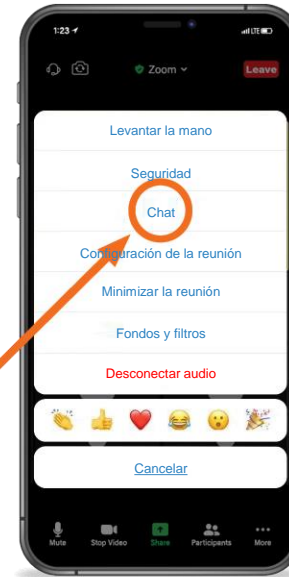
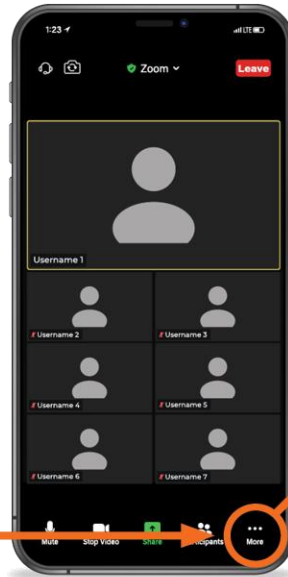
Barra de controles

Chat (iOS o Android)

1 Pulse 

O BIEN

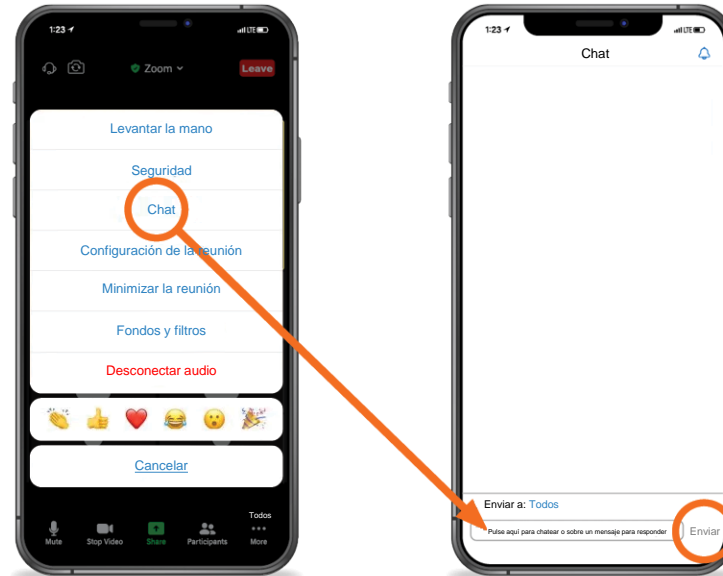
Pulse **“More”** (Más)
y, a continuación,
pulse **“Chat”**.



Barra de controles

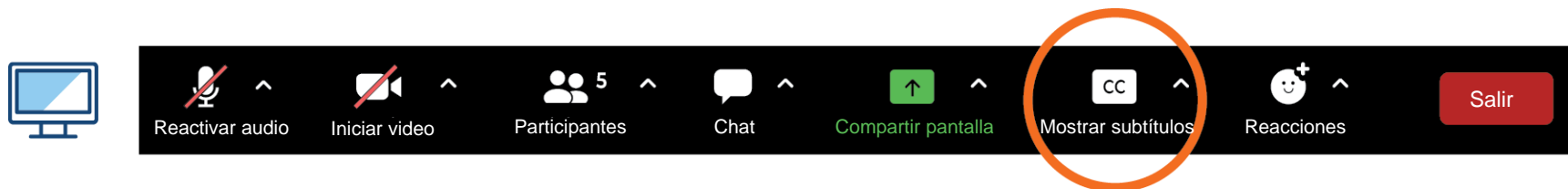
Chat (iOS o Android)

- 2 **Escriba su mensaje y presione la tecla “Enter” o “Intro”.**



Barra de controles

Subtítulos



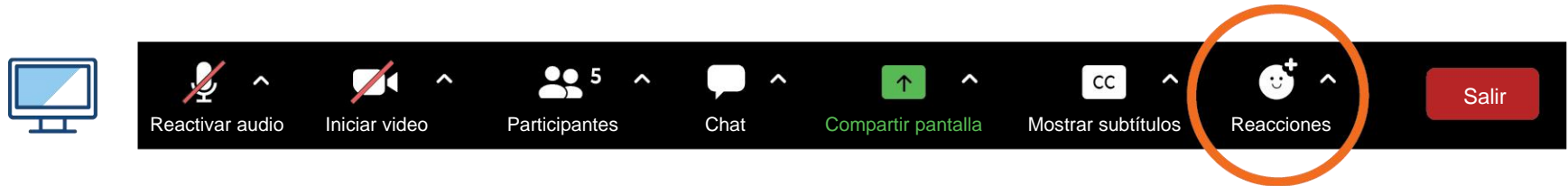
» Haga clic en el ícono para **mostrar u ocultar** los subtítulos.



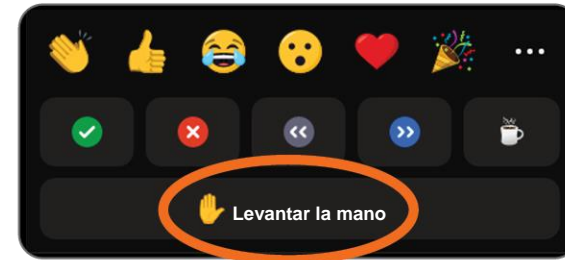
» Pulse **“More” (Más)** y luego pulse **“Captions” (Subtítulos)**.

Barra de controles

Levantar la mano

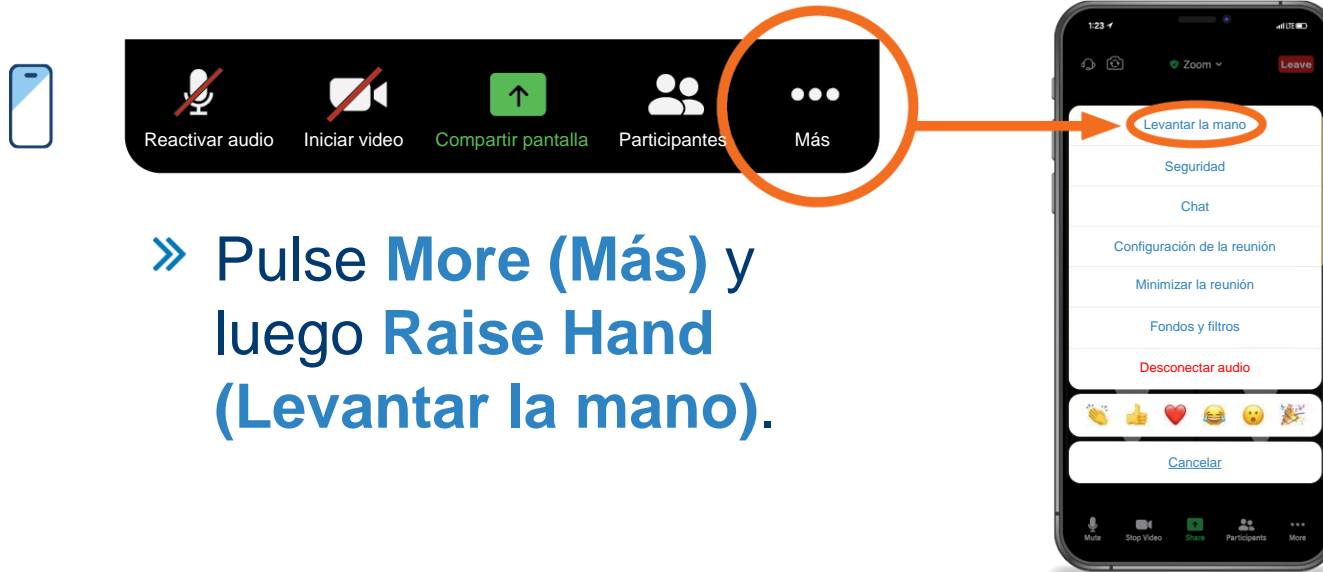


» Haga clic en el ícono de “Reactions” (Reacciones) y luego en “Raise Hand” (Levantar la mano).



Barra de controles

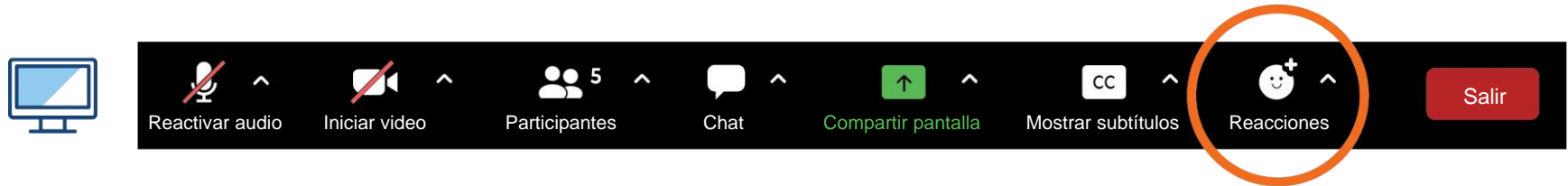
Levantar la mano



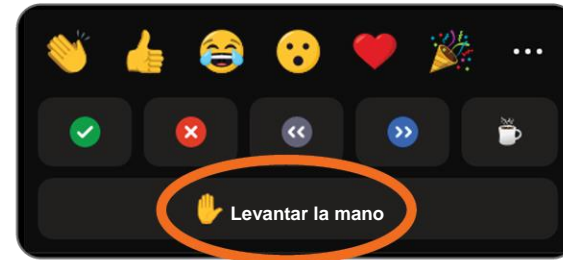
» Pulse **More (Más)** y luego **Raise Hand (Levantar la mano)**.

Barra de controles

Compartir sus reacciones



- » Haga clic en el ícono de “**Reactions**” (Reacciones) y luego haga clic en un emoji.

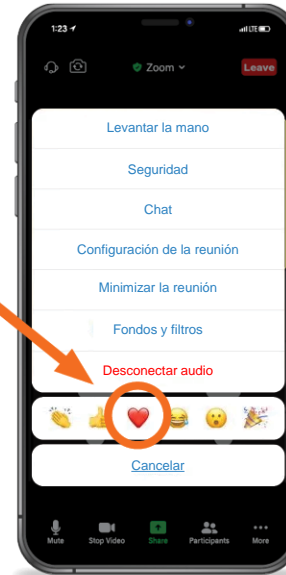


Barra de controles

Compartir sus reacciones

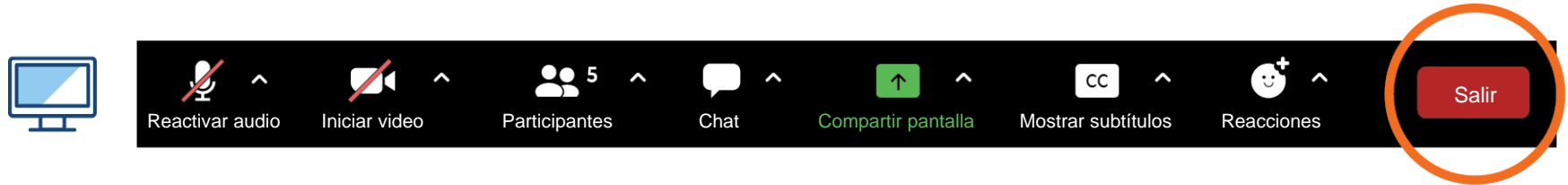


» Pulse **“More” (Más)** y luego pulse un emoji.

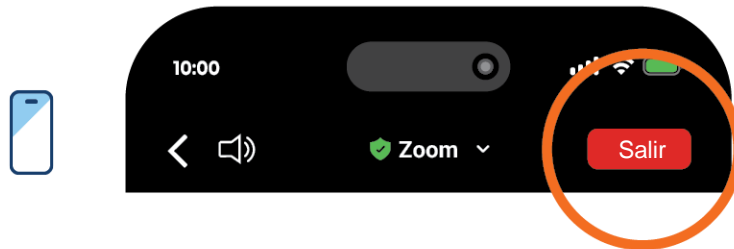


Barra de controles

Salir del taller



» Haga clic en **“Leave” (Salir)**.



» Pulse **“Leave” (Salir)**
(en la parte superior).

Privacidad



No comparta ninguna información personal que no desee que conozcan otras personas.



Otras personas pueden escuchar o ver cualquier información personal que decida compartir, ya sea verbalmente o en la herramienta de chat por escrito.

Clase previa a la colonoscopia



**Ayúdenos a mejorar
nuestro programa.**

Le compartiremos una encuesta al final del taller. Tómese un minuto para darnos sus comentarios.

Clase previa a la colonoscopia: Preparémonos



Descripción general

¿Qué es la prueba de detección del cáncer colorrectal (Colorectal Cancer Screening, CRC)?

- Datos, anatomía
- Cómo crece y avanza
- Prolongación de la vida si se detecta a tiempo
- Prevención

Proceso de la prueba de detección

- El día del procedimiento
- Sedación
- Después del procedimiento
- Consideraciones especiales

Consideraciones especiales

- Preguntas más comunes
- Recursos

¿Por qué hacer pruebas de detección de cáncer colorrectal?

Es la tercera causa principal de muerte por cáncer.

Es la tercera causa más común entre hombres y mujeres.

Del 85 al 90% de los casos se presentan después de los 50 años.

El 70% ocurre en personas sin antecedentes familiares.

52,550 muertes en todo el país en 2023.





¿Qué es el cáncer colorrectal?

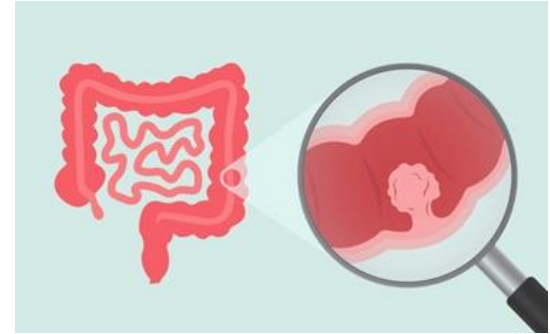
Cáncer colorrectal (del intestino grueso y el recto)

¿De dónde proviene?

Pólipos: crecimientos benignos similares a las verrugas

Factores de riesgo

Edad avanzada, genética, antecedentes familiares, obesidad, diabetes, consumo de tabaco, consumo de alcohol, consumo de carnes procesadas, dieta alta en grasa y baja en fibra y falta de actividad física



Pólipo

Desarrollo del cáncer colorrectal

- Un pólipo es un pequeño crecimiento dentro del colon.
- El cáncer surge a partir de pólipos, pero puede tardar más de 10 años en desarrollarse.
- Muy pocos pólipos pueden convertirse en cáncer.
- Las pruebas de detección identifican pólipos en el colon.
- Retirar los pólipos previene el cáncer de colon.



Pólipo

En una persona de riesgo promedio: Procedimientos de detección a partir de los 45 hasta los 75 años.

Prueba inmunoquímica de sangre oculta en materia fecal

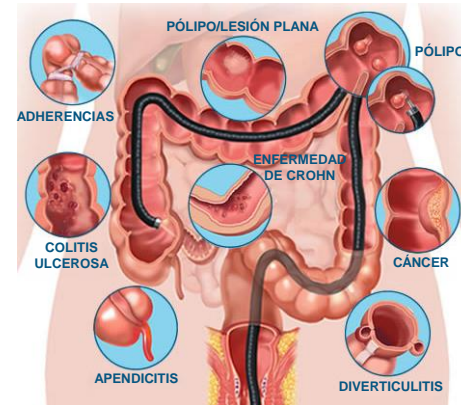
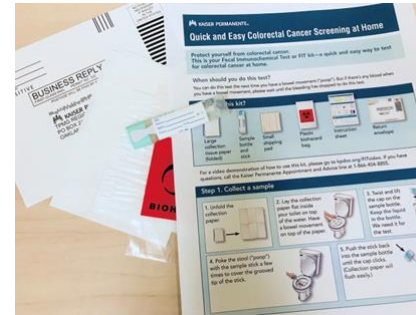
(Immunochemical Fecal Occult Blood Test, iFOBT) o prueba
inmunoquímica fecal [fecal immunochemical test, FIT)] anual

O BIEN

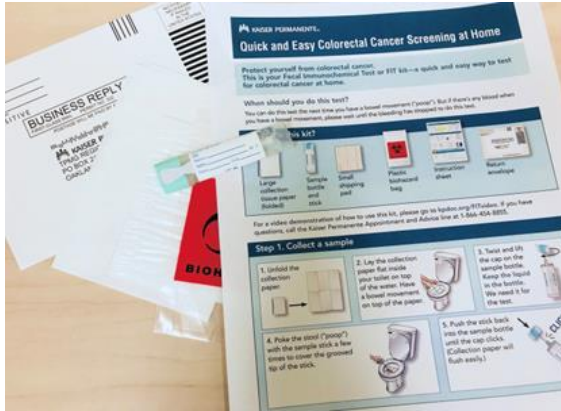
Colonoscopia de detección cada 10 años

El tubo flexible con luz empieza en el recto
hasta llegar al lado derecho del colon.

Recorre esa distancia para ver todo el colon.



iFOBT (prueba inmunoquímica fecal de sangre oculta)



BENEFICIOS:

Muy útil para detectar cáncer de colon y pólipos grandes cuando se hace anualmente.

Específica para detectar sangrado del colon.

No requiere ningún cambio en su dieta.

INSTRUCCIONES:

- Cepille la superficie de las heces.
- Coloque la muestra de heces en el recipiente.
- Cierre el recipiente y séllelo.
- Devuélvalo por correo postal o en la clínica.

RIESGOS/LIMITACIONES:

Puede dar resultados falsos negativos y falsos positivos.

Colonoscopia

BENEFICIOS:

Método de referencia para diagnosticar el cáncer de colon



RIESGOS:

- lesión en el colon, como una perforación;
- sangrado inesperado durante el procedimiento o después de este;
- reacción alérgica fuerte a la anestesia, la sedación, los medicamentos o el material usado durante el procedimiento;
- aspiración, pólipos o problemas no detectados;
- lesión en el bazo.

Preparación para la colonoscopia

Paso a paso

Evite:

Antiinflamatorios no esteroideos (AINE): Advil, Aleve, Ibuprofen, Motrin or Meloxicam

Nueces, semillas, maíz, frutas con semillas y suplementos de fibra

Pele la frutas y verduras antes de comerlas.

10 días antes del procedimiento

Solicite los medicamentos de preparación para la colonoscopia.

Puede solicitar los medicamentos de preparación por pedido por correo postal.

Tres maneras fáciles de comenzar con el pedido por correo:

1. Dispositivo móvil: descargue la aplicación de Kaiser Permanente (KP) y seleccione Pharmacy (Farmacia).

¿No se ha registrado? Vaya a kp.org/REGISTRESEAHORA para empezar.

2. En línea: visite www.kp.org/refill (cambie el idioma a español).

3. Teléfono de marcación por tonos: llame al

1-866-206-2983 (TTY 711)

y siga las indicaciones.

Vaya a su aplicación de KP.org/espanol y seleccione “Pharmacy” (Farmacia).



Acetaminophen: los productos Tylenol pueden tomarse.

Pregunte al médico que le receta los medicamentos:

Medicamentos diluyentes de la sangre/
anticoagulantes

Si toma un medicamento diluyente de la sangre, llamado “anticoagulante”, como Warfarin/Coumadin, Pradaxa®, Xarelto®, Eliquis® o Savaysa, debe tener una **consulta telefónica con un farmacéutico o recibir instrucciones del Departamento de Gastroenterología (Gastroenterology, GI).**

Si toma Plavix, Ticlid, Effient o Brilinta, comuníquese con su médico de atención primaria o cardiólogo.

Siete días antes del procedimiento

Llame al médico que le recetó el medicamento o a su especialista para que le indiquen cómo tomar o suspender los medicamentos antes de la intervención.

- No suspenda el consumo de aspirina a menos que se lo hayan indicado en GI.
- Si toma alguno de los siguientes medicamentos para bajar de peso: Ozempic, Wegovy, Rybelsus, Saxenda, Zepbound, Mounjaro, Victoza o Trulicity, omita la última dosis antes del procedimiento.
- Algunas personas se benefician de tomar Miralax si suelen tener estreñimiento (17 gramos al día durante la semana previa).



Cinco días antes del procedimiento

Suspenda lo siguiente:

Las pastillas de hierro

Si no pidió su preparación por correo, recójala en cualquier farmacia de KP.

Si necesita cancelar o reprogramar su cita, llame al 877-236-0333 al menos cinco días antes de la fecha de su cita.



Comience una dieta de líquidos claros:

Comience una dieta de líquidos claros (nada de color rojo, azul ni morado). Solo tome bebidas claras.



Gatorade, jugo de manzana, Sprite, 7-Up o ginger ale.

No tome café ni alcohol.

Llene el recipiente con agua hasta la línea de llenado.



Un día antes del procedimiento

¡No coma alimentos sólidos durante todo el día!

Puede agregar saborizante con una bebida clara como Sprite o con un polvo para bebidas bajo en calorías.

Puede resultarle más fácil beberlo si lo enfría en el refrigerador o puede usar un popote.

A las 6 p. m. de la noche anterior, empiece la preparación. No salga de casa porque tendrá que ir al baño con frecuencia.

Tome un vaso de ocho onzas cada 15 minutos hasta terminarse $\frac{3}{4}$ del recipiente (3 litros).

Es importante que guarde un litro de la bebida de preparación intestinal para tomarlo el día del procedimiento.



El día de la colonoscopia

Antes de su cita:

Empiece a beber el resto (1 litro) de la preparación intestinal al menos cuatro horas antes de la hora de su cita.

En ese momento, también tome dos pastillas de Simethicone.

Tome un vaso de 8 oz cada 10 a 15 minutos hasta que se haya terminado el recipiente.

Después de terminarse el recipiente, tome las últimas dos pastillas de simethicone.

No coma alimentos sólidos antes del procedimiento.

No tome líquidos durante al menos tres horas antes del procedimiento.

Termine su preparación tres horas antes de su cita.

No beba nada, no mastique chicle ni use un vapeador después de terminar su preparación.

Siga tomando sus medicamentos (especialmente los medicamentos para la presión arterial) según las indicaciones, con un pequeño sorbo de agua hasta tres horas antes de su cita (a menos que su médico le haya dado otras instrucciones).

Llegue 30 minutos antes de la hora de su cita con una persona adulta responsable o conductor que pueda llevarle a casa.





¿Estoy listo?

Preparación: ¿Las heces están claras?



OSCURAS
Y TURBIAS.

NO ADECUADAS



DE COLOR MARRÓN
Y TURBIAS.

NO ADECUADAS



DE COLOR ANARANJADO
OSCURO Y SEMICLARAS.

NO ADECUADAS



LIGERAMENTE ANARANJADAS
Y MAYORMENTE CLARAS.

¡YA CASI!



DE COLOR AMARILLO Y
TRANSPARENTES, COMO LA ORINA.

¡ESTÁ TODO LISTO!

El día del procedimiento

La mañana de la colonoscopia

Llegue con una persona adulta responsable 30 minutos antes del procedimiento (o una hora antes si se hará tanto una esofagogastroduodenoscopia [EGD] como una colonoscopia).

Si alguien le ayuda a tomar decisiones o a dar consentimiento, esa persona debe estar presente aunque no sea quien le vaya a llevar a casa.

Si no lo hace, su procedimiento podría retrasarse.



Qué ponerse

Use:

ropa cómoda

Debe llevar:

una identificación válida con fotografía
y su tarjeta de KP

Quítese:

esmalte de uñas y uñas postizas

NO debe llevar:

joyas

objetos de valor



Sedación (lo más común)

Se administran medicamentos por la vía IV para que se sienta somnoliento o semidespierto.

Algunos pacientes no recordarán el procedimiento.



Será necesario que una persona adulta responsable le lleve a casa.

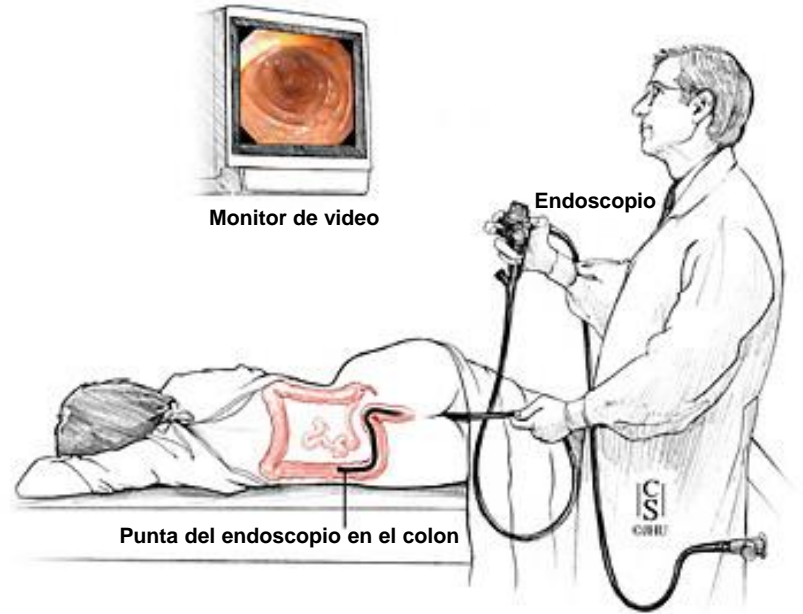
Durante la colonoscopia:

Estará despierto durante la prueba, pero el medicamento le ayudará a sentirse cómodo y relajado.

Se usa aire o agua durante la prueba para abrir las paredes del colon.

Se extraen los pólipos, si corresponde.

Por lo general, es un procedimiento de 20 a 30 minutos.



Después de la colonoscopia

Si se extrajeron pólipos o muestras (biopsias) durante la colonoscopia, los resultados tardarán hasta dos semanas en llegar. Nos comunicaremos con usted cuando estén disponibles.



Después de la colonoscopia



¡SOLO DESCANSE!

No conduzca, no tome alcohol, no trabaje ni tome decisiones importantes durante el resto del día.

Puede comer lo que le resulte cómodo después del procedimiento, aunque a veces ayuda comenzar con una comida ligera, como un sándwich o sopa.

Recuperación

Puede retomar su actividad normal el día después de la colonoscopia.

Permanecerá en nuestra área de recuperación durante aproximadamente 30 minutos después del procedimiento. Es normal sentirse aturdido y olvidarse de las cosas. También puede tener gases.

Cuando esté listo, la persona adulta responsable o el conductor podrá llevarle a casa.



Persona adulta responsable o conductor

Necesita una persona adulta responsable o conductor si recibe cualquier tipo de sedación.

Si no hay una persona adulta responsable disponible, avísenos cuando programe su colonoscopia para que podamos hablar sobre opciones alternativas.



La persona adulta responsable o el conductor debe ser mayor de 18 años.

Llame a su médico si tiene alguno de estos síntomas:

- Tiene mucho dolor abdominal o el abdomen hinchado, firme o sensible al tacto.
- Tiene sangrado o coágulos de sangre grandes al ir al baño.
- Empieza a tener fiebre.
- Si presenta algo inusual o siente que algo no está bien, no dude en comunicarse con su equipo de atención.

Los días posteriores a la colonoscopia

Lo que es normal:

Una pequeña cantidad de sangre.

Sus evacuaciones pueden tardar un poco en volver a la normalidad después de la limpieza intestinal para la colonoscopia.





Recuerde lo siguiente:

No debe comer, beber, fumar ni masticar chicle tres horas antes de su cita.

Tome los medicamentos solo con un pequeño sorbo de agua.

¡Usted puede hacerlo!





Si necesita cancelar o reprogramar su cita, hágalo al menos cinco días antes, si es posible.

Llame para programar su procedimiento:

877-236-0333, de lunes a viernes,
de 8:00 a. m. a 5:30 p. m. o llame al

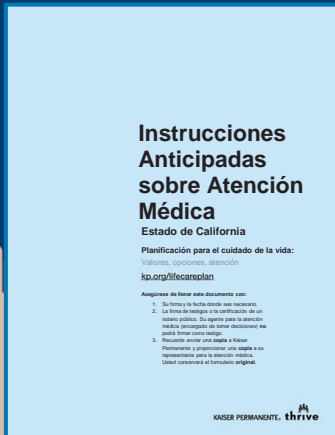
1-888-576-6225, de lunes a viernes,
de 7 p. m. a 7 a. m. y todo el día
los fines de semana y días festivos



Descubra la planificación para el cuidado de la vida

El encargado de tomar las decisiones sobre la atención médica

DESCARGUE
una copia de las
Instrucciones
anticipadas sobre
atención médica



Para obtener más información:

- Visite kp.org/lifecareplan (haga clic en "Español").
- Llame para inscribirse en un taller de Planificación para el cuidado de la vida (Life Care Planning Workshop).

**Centro para una Vida Sana
(Center for Healthy Living)
619-641-4194**

Elija a alguien que...

- Acepte esta función.
- Conozca bien sus objetivos, deseos y valores.
- Acepte respetar sus deseos.
- Puede tomar decisiones durante una situación difícil o emotiva.

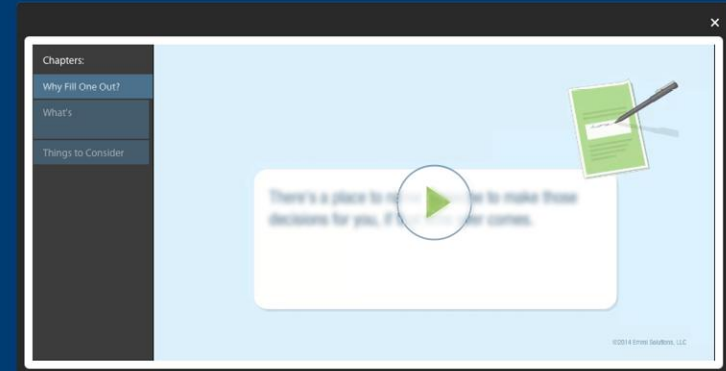
¿Tiene a alguien que pueda hablar por usted en caso de que usted no pueda hacerlo?

Obtenga más información a su ritmo

Consulte sus mensajes de kp.org/espanol para acceder a un enlace a un video diseñado para apoyarle.

El video de esta semana:

- Instrucciones anticipadas (Advance Directive) (20 minutos)
- Médico solicitante autorizado
MORENO, MICHAEL RAFAEL (M.D.)





¿Tiene alguna
otra pregunta?



Clase previa a la colonoscopia



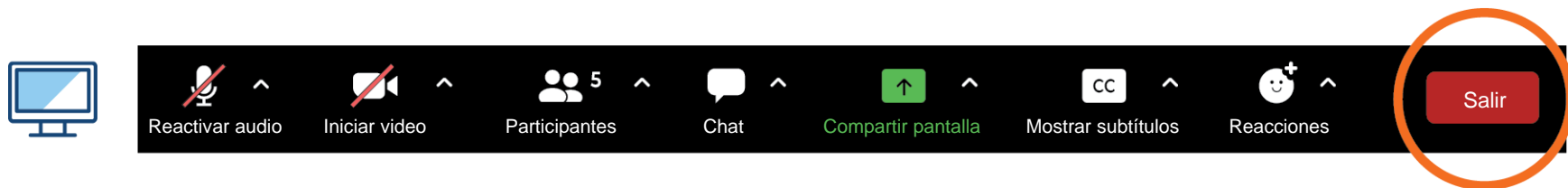
ESCANEE
EL CÓDIGO

**¡Gracias por asistir
a la sesión de hoy!**

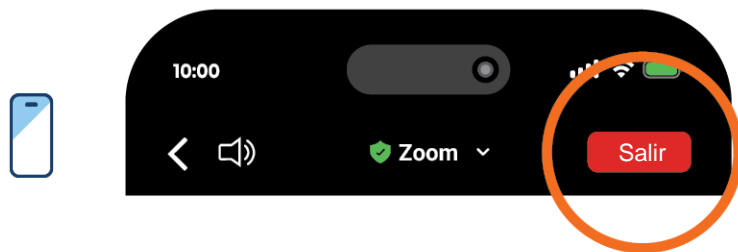
Tómese un minuto para enviar sus comentarios. Responda la encuesta anónima haciendo clic en el enlace del chat o escaneando el código QR con su teléfono. Sus comentarios nos ayudarán a mejorar este programa.

Barra de controles

Salir del taller



» Haga clic en **“Leave” (Salir)**.



» Pulse **“Leave” (Salir)**
(en la parte superior).