

**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. DUPHALAC Lactulose 667 mg (CASO CONSTIPAÇÃO)**

**16:00 horas:** Usar 01 frasco de 200 ml de DUPHALAC, diluindo seu conteúdo em 800ml de água e suco de limão (A finalidade da adição do uso do suco de limão é tornar a solução menos doce, e mais agradável ao paladar). Misturando por cerca de 5 minutos e tomar 01 copo de 15/15 min. Em seguida, após tomar a solução de DUPHALAC, beba pelo menos 5 copos de água (1LITRO) em 1 hora.

**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 pH Gastro que realizará o exame.

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

<b>Medicação</b>	<b>Suspender medicação*</b>	<b>Retornar a medicação**</b>
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)**

<b>Medicação</b>	<b>Suspender medicação</b>	<b>Retornar a medicação</b>
Semaglutida (Ozempic, Wegovy, Rybelsus)	21 dias antes do exame	No dia seguinte ao exame
Liraglutida (Saxenda ou Victoza), 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 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)
- Apenas uma banana-prata amassada ou uma maçã sem casca, raspadas ou purê ou assadas.
- 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,
- A exceção de uma banana-prata amassada ou uma maçã sem casca (colocadas acima) ou sucos de frutas coados, nenhuma outra fruta deve ser consumida durante o preparo
- 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

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 a nossa clínica.

## DIA DO EXAME

No desjejum, 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.

Caso o horário do exame esteja programado para **APÓS 14:00**, pode tomar DESJEJUM LEVE (torradas, biscoitos de água e sal com geleia, mel ou queijo cottage) **ATÉ 07 HORAS DA MANHÃ**. Depois manter apenas **ingesta de água ou líquidos claros (importante para hidratação) até 3h antes do exame**.

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

### 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.

### 6 horas antes do horário agendado para o exame:

#### 1. Picoprep- REALIZAR AS 06H DA MANHÃ

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. Simeticona ou Luftal gotas

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

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

#### 4. 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.

## 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 responsável 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.

## HAVERÁ COBRANÇA DA ANESTESIA?

- Sim! A cobrança ocorrerá sempre que houver a necessidade, de sedação do paciente, seja, para endoscopia ou colonoscopia, de acordo com as condições físicas do paciente.
- Valor cobrado deverá ser consultado previamente em seu agendamento.

## 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 a 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.

## COMO FAÇO PARA PEGAR O RESULTADO DO MEU EXAME E DAS BIÓPSIAS OU PÓLIPOS?

- O resultado do exame será fornecido, no término do procedimento.
- O paciente recebe o QRCode, com login e senha, para acessar de forma remota o seu resultado.
- Referente ao histopatológico colhido em exame, o resultado será enviado através do e-mail, fornecido pelo paciente, no prazo de 15 à 20 dias úteis. Envio este, que será realizado pelo laboratório responsável pela análise histopatológica.

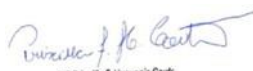
## (CASO TENHAM SIDO RETIRADOS)

- 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 pH Gastro.
- **IMPORTANTE:** nos exames feitos nas unidades da Endoview, as informações sobre o resultado podem ser dadas pelo médico após o exame, entretanto nem sempre isso é possível em um ambiente privativo, uma vez que na maioria das vezes o paciente se recupera da sedação em um **ambiente coletivo**, onde podem estar presentes outras pessoas. No ato da assinatura do consentimento informado, avise se prefere que após o exame o **médico não dê informações sobre o resultado do exame**, se restringindo a entregar o laudo para que o mesmo seja avaliado apenas pelo seu médico assistente.
- **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 : (21) 97177-8334 / (21) 98010-4906 OU (21) 3844-2483**.
- 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: Muvinlax 01 envelope diluído em 01 copo grande de água)

DÚVIDAS: WhatsApp (21) 97177-8334 / (21) 98010-4906



Dra. Priscilla F. Huguenin  
CRM: 52.0109788-1  
Gastroenterologia  
Endoscopia Digestiva

Dra. Priscilla Huguenin  
Diretor (a) Médico (a) da pH Gastro  
CRM **52.0109788-1**