



Instrucciones de alimentación y medicamentos para la diabetes para una colonoscopia o sigmoidoscopia flexible

La siguiente información trata sobre las recomendaciones de alimentación y de medicamentos para nuestros pacientes diabéticos a quienes se les realizan procedimientos endoscópicos. Llame si tiene preguntas sobre estas sugerencias. En función de su situación específica, podemos volver a derivarlo con su PCP o endocrinólogo para que le dé más instrucciones.

Para las personas con diabetes, cualquier procedimiento que le haga omitir una comida o cambiar su plan de comidas habitual requerirá una planeación especial para controlar de manera segura el nivel de glucosa en la sangre.

- Programe la cita para una hora temprana del día con el fin de que pueda comer después y reciba los medicamentos que usa lo más cerca posible de la hora habitual.
- Controle su nivel de glucosa en la sangre antes de todas las comidas y a la hora de acostarse el día de la preparación y el día del procedimiento.
- Controle su nivel de glucosa en la sangre si en cualquier momento tiene síntomas de nivel bajo o de nivel muy alto de glucosa en la sangre.
- Si usa una preparación de 2 o 3 días, siga estas instrucciones para cada día que tenga la dieta de líquidos transparentes.

DIETA: Refiérase a la HOJA DE LA DIETA DE LÍQUIDOS CLAROS PARA UNA ENDOSCOPIA para los alimentos que debe consumir el día antes de someterse a la colonoscopia:

- **Intente consumir 45 gramos de carbohidratos en las comidas y de 15 a 30 gramos de carbohidratos en los refrigerios. Evite todo lo que sea de color ROJO O PÚRPURA.** Busque los sabores TRANSPARENTES, AMARILLOS, AZULES, VERDE O NARANJA (ROSADOS TAMBIÉN). Por ejemplo: limón, lima, naranja, manzana, uva blanca, durazno, banano, cereza azul..
- Es importante consumir proteína en abundancia. Busque bebidas con proteína clara, tales como ***Atkins Lift Protein, Ensure Active Clear y Boost Breeze***, disponibles en varios supermercados, farmacias y en Internet. Comentario: En caso de solo ubicar los productos rojos y púrpura, puede tomarse una cantidad menor, pero no más de dos botellas o recipientes en el transcurso de 24 horas, preferiblemente que sean diluidos con otra clase de líquidos claros como agua con gas, Sprite o 7-Up, agua mineral, etc.

<u>Alimento:</u>	<u>Gramos de carbohidratos</u>
Ensure Clear , durazno (4 onzas)	18
Boost Breeze*, no rojo (4 onzas)	27
Juego de manzana transparente (no sidra) (4 onzas)	15
Jugo de uva blanca (4 onzas)	20
Bebidas deportivas como Gatorade	14
Gelatina (Jell-O), endulzada de la manera habitual (media taza)	15
Paletas de hielo (lea la etiqueta)	15
Helado italiano, no sorbete (lea la etiqueta)	30
Agua de coco (8 onzas)	11
Azúcar (para el café o té) (1 cucharadita o empaque)	4
Atkins Lift Protein Drink	0
Caldo o consomé libre de grasa	0
Gaseosa transparente de dieta	0
Café	0
Té, sin endulzar o de dieta	0
Agua carbonatada	0
Agua con sabor	0

* Es posible que no esté disponible a nivel local, pero se puede comprar en línea. Busque en las farmacias locales.

MODELO DE MENÚ

Evite todo lo que sea de color ROJO O PÚRPURA. Comer meriendas durante todo el día y beber agua en abundancia.

<u>Desayuno:</u>	<u>Almuerzo:</u>	<u>Cena:</u>
Jugo de manzana o de uva blanca (1 taza) Gelatina endulzada de la manera habitual (1 taza) Té con limón	Caldo Helado italiano (media taza) Té con limón Gelatina endulzada de la manera habitual (media taza)	Caldo Jugo de manzana o de uva blanca (1 taza) Té con limón Gelatina endulzada de la manera habitual (media taza)

MODIFICACIÓN DE SUS MEDICAMENTOS DIABÉTICOS:

- Siga las siguientes instrucciones sobre la dieta de los líquidos claros de principio a fin, hasta la hora del procedimiento.
- **No compense ni “dupliche” ningún medicamento omitido después del procedimiento.**

	DÍA PREVIO AL PROCEDIMIENTO (día de preparación)			DÍA DEL PROCEDIMIENT O	
	Si usa:	Mañana	Comida o cena	Hora de acostarse	Mañana:
Actos (pioglitazone) Actoplus Met (pioglitazone & metformin) Avandia (Rosiglitazone) Avandamet (Rosiglitazone maleate & metformin hcl) Byetta (exenatide) Farxiga (dapagliflozin)	Glucophage (metformin) Invokana (canagliflozin) Januvia (sitagliptin) Janumet (sitagliptin and metformin HCl) Nesina (alogliptin) Onglyza (saxagliptin) Tradjenta (linagliptin)	Use la dosis habitual	Use la dosis habitual	-	Use la dosis habitual
Amaryl (glimepiride), Avandaryl (glimepiride & rosiglitazone) DiaBeta (glyburide) Glynase (glyburide) Micronase (glyburide) Duetact (pioglitazone & glimepiride) Glucotrol/Glucotrol XL (glipizide)	Glucovance (glyburide & metformin) Jardiance (empagliflozin) Metaglip (glipizide & metformin HCl) Prandin (repaglinide) Starlix (nateglinide) Victoza (liraglutide)	No lo use	No lo use	No lo use	No lo use
Lantus or Levemir	Use la dosis habitual	-	Use la dosis habitual	Use la dosis habitual	
Humalog, Novolog, insulina regular o insulina NPH. <ul style="list-style-type: none"> Si usa una escala móvil de insulina, puede seguir usándola 	Use la mitad de la cantidad habitual si recibe una dosis fija, O BIEN cubra los carbohidratos con la proporción habitual de carbohidratos	Use la mitad de la cantidad habitual si recibe una dosis fija, O BIEN cubra los carbohidratos con la proporción de carbohidratos habitual	-	Use la dosis habitual	
Insulina premezclada 75/25, Novolin 70/30 o Novolog Mix 70/30	Use la mitad de la dosis habitual en el desayuno	Use la mitad de la dosis habitual en la cena	-	Use la dosis habitual	
Medicamentos sin insulina inyectables: Bydureon (exenatida), Tanzeum (albiglutida), Trulicity (dulaglutida)	Inyectárselos solo en caso que deba administrarse la dosis semanal a esa hora.				