

## Recomendaciones de preparación para colonoscopia virtual

**Para obtener un resultado fiable, rogamos seguir y cumplir las siguientes instrucciones:**

- **Alimentos permitidos** en una dieta sin en residuos:
  - Pescados y/o carnes magras, cocidas sin grasa o a la plancha; consomés colados y sin grasa; y zumos de naranja colados.
- **Alimentos NO permitidos:**
  - Pan integral, verduras, patatas, salsas, leche, derivados de la leche, embutidos, frutas ni ningún otro alimento.
- Y beber **mucha agua sin gas**, 2 litros cada día.

**La preparación para la exploración durará 3 días:**

- **1er día** (3 días antes de la cita) \_\_\_ / \_\_\_ / \_\_\_\_  
Dieta sin residuos (ver menús en la siguiente página).
- **2º día** (2 días antes de la cita) \_\_\_ / \_\_\_ / \_\_\_\_  
Dieta sin residuos (ver menús en la siguiente página) + Gastrografín (1 cucharada diluida en un vaso lleno de agua, con comida y cena).
- **3er día** (el día antes de la cita) \_\_\_ / \_\_\_ / \_\_\_\_
  - **Desayuno:**
    - 1 taza de infusión
    - 1 vaso de zumo colado
    - 1 vaso grande de ISOSOURCE
    - 1 cucharada de Gastrografín diluida en un vaso lleno de agua
  - **Media mañana:**
    - 1 taza de infusión
    - 1 vaso grande de ISOSOURCE
  - **Comida:**
    - 1 taza de consomé desgrasado
    - 1 vaso de zumo colado
    - 1 vaso grande de ISOSOURCE
    - 1 cucharada de Gastrografín diluida en un vaso lleno de agua
  - **Merienda:**
    - 1 taza de infusión
    - 1 vaso grande de ISOSOURCE
  - **Cena:**
    - 1 taza de consomé desgrasado
    - 1 vaso de zumo colado
    - 1 vaso grande de ISOSOURCE
    - 1 cucharada de Gastrografín diluida en un vaso lleno de agua

---

**Teléfono de consulta:** en caso de tener dificultades para acceder al Portal del Paciente Mi Quirónsalud, podrá contactarnos a través del **teléfono 900 301 013**.

Si siente hambre por la noche puede tomar un vaso de ISOSOURCE o un zumo colado.

### Menús (a elegir entre menú 1 o el menú 2):

- Menú 1 (para 1er o 2º día de preparación):
  - **Comida:**
    - Espaguetis aliñados con mantequilla
    - Filete de ternera o pescado a la plancha
    - Zumo de fruta sin pulpa (colado)
    - 1 biscote no integral
    - Café sin leche o infusiones
  - **Cena:**
    - Caldo de pollo con pasta de sopa
    - Tortilla a la francesa
    - Zumo de fruta sin pulpa (colado)
  
- Menú 2 (para 1er o 2º día de preparación):
  - **Comida:**
    - Arroz blanco con huevo a la plancha sin tomate
    - Pollo a la plancha
    - Zumo de fruta sin pulpa (colado)
    - 1 biscote no integral
    - Café sin leche o infusiones
  - **Cena:**
    - Sopa de arroz
    - Pescado a la plancha
    - Zumo de fruta sin pulpa (colado)

### Nota

Si padece insuficiencia cardiaca o renal, o es diabético, o alérgico a algún alimento o medicamento debe comunicarlo **antes de realizar la preparación**.

En pacientes **DIABÉTICOS** sustituir el ISOSOURCE por GLUCERNA SR botella 220 ml con la misma posología.

Si tiene alguna duda en relación con la preparación o la exploración no dude en consultarlo con nuestro personal.

---

**Teléfono de consulta:** en caso de tener dificultades para acceder al **Portal del Paciente Mi Quirónsalud**, podrá contactarnos a través del **teléfono 900 301 013**.