

# Instrucciones\* de PLENU®

Es importante que siga las instrucciones con exactitud, ya que su intestino debe estar totalmente limpio para que el médico pueda ver perfectamente la pared intestinal. Si tiende a padecer estreñimiento o se estriñe al cambiar la dieta, es posible que le recomiendan un laxante, que podrá comprar sin receta en la farmacia.

**FECHA DE LA INTERVENCIÓN:** \_\_\_\_\_

**HORA DE INICIO DE LA DIETA ABSOLUTA:** \_\_\_\_\_

**HORA DE INGRESO PARA LA INTERVENCIÓN:** \_\_\_\_\_

**NOMBRE DE LA CLÍNICA:** \_\_\_\_\_

**NÚMERO DE TELÉFONO:** \_\_\_\_\_

**EN LOS 3 DÍAS ANTERIORES A LA COLONOSCOPIA, NO COMA  
NINGÚN ALIMENTO CON PIEL O CÁSCARA, PEPITAS O SEMILLAS,  
FRUTOS SECOS O CEREALES**

**PUEDE COMER LO SIGUIENTE:** pan blanco (excepto el que contenga semillas), pan de pita/turco, panecillos que no sean dulces, copos de maíz, arroz inflado, carne magra como ternera, cerdo, pollo o cordero, pescado, fruta pelada, hortalizas sin piel (excepto la remolacha), patatas asadas sin piel, puré de patatas, patatas hervidas, arroz blanco, pasta (excepto la integral), galletas saladas (sin semillas), huevos, mantequilla/margarina, extracto de levadura, queso, natillas, helado, chocolate (evite el chocolate que contenga frutos secos).

**NO DEBE COMER NINGÚN ALIMENTO CON PIEL O CÁSCARA, PEPITAS O SEMILLAS, FRUTOS SECOS O CEREALES, por ejemplo:** maíz, guisantes, fresas, mermelada, pan integral, cereales, cebolla, muesli, barritas de muesli, frutos secos o alimentos que los contengan, la piel de la fruta (p. ej. de la manzana, la pera, el melocotón o la nectarina). Puede comer la fruta sin piel), mermelada o confitura con la piel de la fruta, frutas cítricas, uvas, piel o pepitas del tomate, tomates secos, piel del pimiento, de la berenjena o de la patata (puede comer las hortalizas sin piel), legumbres (p. ej. judías o alubias), mostaza, pasas o sultáninas, arroz integral, guisos con verduras, lentejas, cebada, guisantes partidos, coco, sésamo, semillas de girasol o amapola, yogur con fruta, suplementos de fibra. Estos alimentos permanecen en el intestino.

## INSTRUCCIONES ESPECIALES

**CUANDO SOLO PUEDA INGERIR LÍQUIDOS TRANSPARENTES- los líquidos permitidos que se recomiendan son los siguientes:** agua, té negro o café (SIN leche ni sustitutivos de crema láctea), sopa o consomé/caldo, refrescos, bebidas energéticas (p. ej. Gatorade o Powerade), zumo de fruta colado sin pulpa, zumo de manzana claro, gelatina amarilla o naranja (NO ingiera bebidas ni gelatina de grosella negra o de color rojo, morado, verde o azul), hielo transparente.

## SI LA INTERVENCIÓN TIENE LUGAR POR LA MAÑANA

**El día previo a la intervención puede tomar un desayuno y un almuerzo ligeros (NO DEBE COMER ALIMENTOS CON PIEL O CÁSCARA, PEPITAS O SEMILLAS, FRUTOS SECOS O CEREALES).** Debe terminar de comer al menos 3 horas antes de empezar a tomar PLENU® y, a partir de entonces, ingerir únicamente líquidos transparentes.

ASEGÚRESE DE BEBER BASTANTES LÍQUIDOS TRANSPARENTES A LO LARGO DEL DÍA PREVIO A LA INTERVENCIÓN.

OBSERVACIÓN: NO tome ningún medicamento por vía oral en la hora antes de empezar a tomar PLENU®.

**DOSIS 1:** prepare la dosis 1 (1 sobre) tal como se indica en el prospecto de PLENU®. Si lo prefiere, puede enfriarla antes en la nevera.

**A las \_\_\_\_\_ (día previo a la intervención)** beba poco a poco la primera dosis de PLENU®, además de 500 ml de líquidos transparentes en un intervalo de 60 minutos. Puede ir alternando PLENU® y los líquidos transparentes.

**DOSIS 2:** prepare la dosis 2 (2 sobres) tal como se indica en el prospecto de PLENU®. Si lo prefiere, puede enfriarla antes en la nevera

**A las \_\_\_\_\_ (día de la intervención)**, beba poco a poco la segunda dosis de PLENU® en un intervalo de 60 minutos.

Puede seguir bebiendo líquidos transparentes hasta la hora de **INICIO DE LA DIETA ABSOLUTA** (\_\_\_\_\_).

Observación: Este producto causa diarrea líquida; asegúrese de tener cerca un inodoro. **Puede aplicar una crema o pomada protectora (p. ej. lanolina, vaselina) en el períneo antes de que se presente la diarrea.** Si tiene alguna duda sobre cualquier aspecto de la preparación o si experimenta alguna reacción adversa o problema, llame al número de teléfono que le han facilitado para informar a su médico y/o enfermero.

## SI LA INTERVENCIÓN TIENE LUGAR POR LA TARDE

**El día antes de la intervención puede tomar un desayuno y un almuerzo ligeros. Cene ligero; por ejemplo, puede tomar una sopa clara y/o un yogur natural (NO INGIERA ALIMENTOS CON PIEL O CÁSCARA, PEPITAS O SEMILLAS, FRUTOS SECOS O CEREALES).** Debe haber acabado de cenar antes de las 20:00 h. A partir de entonces, ingerir únicamente líquidos transparentes.

ASEGÚRESE DE INGERIR BASTANTES LÍQUIDOS TRANSPARENTES A LO LARGO DEL DÍA DE LA INTERVENCIÓN.

OBSERVACIÓN: NO tome ningún medicamento por vía oral en la hora antes de empezar a tomar PLENU®.

**DOSIS 1:** prepare la dosis 1 (1 sobre) tal como se indica en el prospecto de PLENU®. Si lo prefiere, puede enfriarla antes en la nevera.

**A las \_\_\_\_\_ (día de la intervención)**, beba poco a poco la primera dosis de PLENU® en un intervalo de 60 minutos.

**DOSIS 2:** prepare la dosis 2 (2 sobres) tal como se indica en el prospecto de PLENU®. Si lo prefiere, puede enfriarla antes en la nevera.

**A las \_\_\_\_\_ (día de la intervención)** beba poco a poco la segunda dosis de PLENU®, además de 500 ml de líquidos transparentes, en un intervalo de 60 minutos. Puede ir alternando PLENU® y los líquidos transparentes.

Puede seguir bebiendo líquidos transparentes hasta la hora de **INICIO DE LA DIETA ABSOLUTA** (\_\_\_\_\_).

Observación: Este producto causa diarrea líquida; asegúrese de tener cerca un inodoro. **Puede aplicar una crema o pomada protectora (p. ej. lanolina, vaselina) en el períneo antes de que se presente la diarrea.** Si tiene alguna duda sobre cualquier aspecto de la preparación o si experimenta alguna reacción adversa o problema, llame al número de teléfono que le han facilitado para informar a su médico y/o enfermero.



Preparación excelente



Preparación deficiente

Esta información está basada en el prospecto para el paciente de PLENU®.

PLENU, NORGINE and the sail logo are registered trademarks of the Norgine group of companies.

Norgine Sverige AB  
7A Vasagatan, Vasagatan 7  
111 20 Stockholm  
norgine.se

Norgine Norge AS  
Postboks 1935 Vika  
0125 Oslo  
norgine.no

Norgine Danmark A/S  
Kirsten Walthers Vej 8A, 2  
2500 Valby  
norgine.dk

