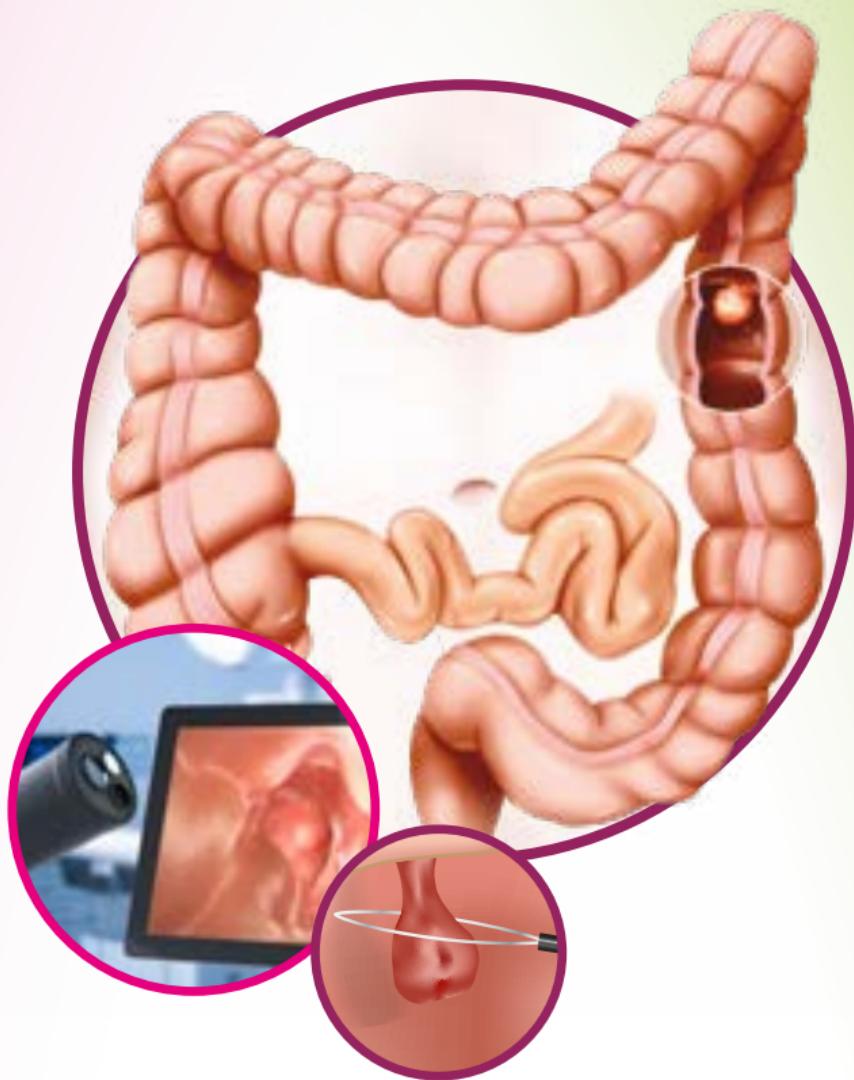


# Trucos y consejos para preparación intestinal



**Realice colonoscopias periódicas para prevenir el cáncer de intestino.**

Si se detectan y extirpan pólipos, el tiempo hasta el siguiente examen de prevención se reduce normalmente de diez a unos tres años, dependiendo del tamaño y el número de pólipos. Su médico se lo comunicará en la consulta.

# Consejos dietéticos importantes para una limpieza intestinal eficaz

## Alimentos permitidos

1 día antes de la prueba:

**Comida ligera baja en fibra, por ejemplo:**

- Carne magra totalmente cocida (ternera, cordero, cerdo, ave)
- Pescado
- Arroz o pasta
- Patatas (asadas, cocidas, puré de patatas)
- Soja y tofu
- Mantequilla/margarina
- Pan blanco
- Huevos
- Yogur
- Galletas de mantequilla
- Queso



**Bebidas recomendadas para una limpieza intestinal eficaz**

**Líquidos claros, por ejemplo:**

- Agua
- Infusiones (manzanilla, jengibre, menta, té verde...)
- Refrescos/jarabe diluido
- Zumos de fruta sin pulpa (por ejemplo, de piña, manzana...)
- Sopa clara



## Alimentos no permitidos



De 3 a 5 días antes de la prueba no deben tomarse alimentos que contengan semillas, por ejemplo:

- Productos integrales y de cereales (pan integral, pan de cereales...)
- Alimentos empanados (carne empanada, queso empanado...)
- Tomates
- Pimientos
- Pepinos
- Nueces
- Uvas
- Frambuesas
- Moras
- Kiwis
- Melón



Las siguientes bebidas no están permitidas durante la preparación intestinal



- Bebidas de color rojo o morado (por ejemplo, zumo de frutas del bosque)
- Bebidas que contengan pulpa de fruta
- Alcohol
- Leche



- La sopa no debe contener fideos, carne, pescado ni verduras.

# Bebidas recomendadas para acompañar la toma del preparado intestinal

**IMPORTANTE:** No ingiera ningún alimento sólido desde que empiece a tomar PLENVU® hasta que acabe su examen clínico.

Beba líquidos claros antes, durante y después de tomar PLENVU® para evitar la deshidratación.

- **Beba alternativamente un sorbo de PLENVU® y un sorbo de otro líquido claro.**
- **Haga pausas mientras bebe:** En ningún caso debe tomar la solución rápido para acabar antes. Si se la bebe rápidamente, podría sentirse mal.

**IMPORTANTE:** No vacíe el vaso de un trago, sino a sorbos pequeños y despacio, tómese para ello 1 hora entera.



**Antes de tomar PLENVU®, tómese una infusión caliente para precalentar el estómago, o bien tome sorbos de infusión caliente entre los sorbos de PLENVU®.**

**Incorpore sabores agrios o amargos.**

Si no le gustan las infusiones muy dulces, puede probar infusiones agrias o amargas como el té verde, la infusión de melisa, de jengibre o de limón.



**Beba PLENVU® preferentemente frío.**

Esto hará que el sabor sea menos intenso (pero cuidado: no beba PLENVU® por debajo de la temperatura del frigorífico, ya que podría causarle náuseas).



### **Consiga un sabor agradable.**

Durante las pausas de bebida, puede mascar chicle, tomar caramelos mentolados o chupar rodajas de limón o naranja.



### **Beba con una pajita o con una botella con boquilla. Cómo evitar sabores molestos**

**IMPORTANTE:** No beba ningún líquido en las 2 horas anteriores a la prueba.

# ¿Por qué es tan importante limpiar el intestino?

El intestino debe prepararse antes de la colonoscopia. Esto significa que debe vaciarse por completo. Esto se debe a que el médico sólo puede ver claramente la mucosa intestinal si el intestino está completamente vacío. Esta visión clara se necesita para reconocer incluso los cambios más pequeños en el tejido del intestino.

Para limpiar a fondo el intestino, es necesario tomar un preparado de limpieza intestinal como PLENU®.

**La limpieza intestinal se ha realizado correctamente una vez las deposiciones consisten únicamente en un líquido amarillento claro.**



# Procedimiento durante una colonoscopia

Durante una colonoscopia, el médico que examina introduce en el intestino un colonoscopio del grosor de un dedo y de entre 1,2 y 1,8 metros de longitud.

El colonoscopio es un tubo largo y flexible que dispone de cables de fibra óptica para la iluminación y la transmisión de imágenes. Esto permite al médico reconocer incluso los cambios más pequeños en la mucosa intestinal.

Los colonoscopios actuales también disponen de un chip de vídeo para que el médico y el asistente puedan seguir el examen en la pantalla. Puede optar por la anestesia general para estar dormido durante la colonoscopia y no ser consciente de la sensación de presión que se produce.

Para una colonoscopia leve, normalmente se coloca un acceso venoso en brazo del paciente, por el que se le administra un fármaco que lo sume en un llamado sueño crepuscular.

**De esta manera, no siente nada durante ni después de la colonoscopia.** En cuanto está sumido en este sueño, se examina todo el intestino a través del ano mediante un endoscopio flexible. Si se detectan pólipos, se extirpan.

El examen dura entre 20 y 30 minutos. Normalmente puede irse a casa una hora más tarde.

Si no se han encontrado pólipos, la siguiente colonoscopia deberá realizarse dentro de diez años.



# PLENVU®



## Dosis 1



500 ml  
PLENVU®

+



mín. 500 ml  
líquido claro

## Dosis 2



500 ml  
PLENVU®

+

mín. 500 ml  
líquido claro



Acceso al video  
explicativo

PLENVU®, Pulver zur Herstellung einer Lösung zum Einnehmen

**Zusammensetzung:** Dosis 1: Macrogol 3350 100 g, Natriumsulfat 9 g, Natriumchlorid 2 g, Kaliumchlorid 1 g; Dosis 2: Beutel A enthält: Macrogol 3350 40 g, Natriumchlorid 3,2 g, Kaliumchlorid 1,2 g; Beutel B enthält: Ascorbinsäure 7,54 g, Natriumascorbat 48,11 g.

**Sonstige Bestandteile:** Sucralose (E955), Aspartam (E951); Mango-Aroma enthält Glycerol (E422), Aromazubereitungen, Arabisches Gummi (E414), Maltodextrin (E1400) und natürliche Aromasubstanzen. Fruchtpunsch-Aroma enthält Aromazubereitungen, Arabisches Gummi (E414), Maltodextrin (E1400) und Aromasubstanzen. **Anwendungsbereiche:** Zur Darmvorbereitung vor klinischen Maßnahmen, die einen sauberen Darm erfordern. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. Stand 07/2025

Das verwendete Bildmaterial dient der Illustration des Einsatzzwecks.

Die abgebildeten Personen sind Models. PLENVU, NORGINE und das Norgine-Siegel sind eingetragene Marken der Norgine- Unternehmensgruppe.

Norgine GmbH, Im Westpark 14, D-35435 Wettenberg,

Internet: [www.norgine.de](http://www.norgine.de), E-Mail: [info@norgine.de](mailto:info@norgine.de)



Stand der Information 06/2025,  
DE-GE-PLV-2500045\_ES, Art.-Nr. 8135