

IMPORTANTE: o intestino precisa estar completamente limpo (evacuação líquida, de cor alaranjada ou amarelo-clara, e sem resíduos pela colostomia). Se a dieta, os laxantes ou o jejum não forem seguidos, o exame poderá ser remarcado. Alguns medicamentos precisam ser suspensos antes do exame. Confira quais são e os respectivos prazos.

1. Alimentação (dois dias antes)

- Iniciar a dieta dois dias antes do exame (antevéspera).
- Beba de 3 a 4 litros de líquidos claros ao longo do dia: água, água de coco, chá claro ou bebida isotônica clara.

Alimentos proibidos (não comer dois dias antes)

- Alimentos integrais, frutas, feijão, grão-de-bico, ervilha, lentilha, vagem, milho e pipoca.
- Sementes e cereais: aveia, trigo, centeio, linhaça, cevada e semelhantes.
- Leite e derivados; carne vermelha.
- Alimentos ou bebidas escuros.

Alimentos permitidos. Inicie a dieta abaixo:

Refeição	O que pode comer
Café da Manhã e Lanche	Biscoito maisena, polvilho ou água e sal; tapioca sem manteiga ou queijo. Café puro: somente uma vez ao dia, no café da manhã.
Almoço	Frango, peixe grelhado ou ovo cozido; batata, batata-doce, chuchu, inhame ou macarrão com azeite e sal. Não use outros temperos.
Jantar	Caldo de legumes batido e coado, sem carne e sem casca; ou purê de bata sem leite com frango desfiado. Gelatina ou picolé de limão ou abacaxi.

2. Medicações Laxativas

O que comprar

- 1 caixa de Picoprep® (2 sachês)
- 2 frascos de Manitol 20% injetável de 250 ml (no preparo será feito uso por via oral)
- 2 frascos de enema. Escolha uma opção: Flex enema®, Phosfoenema® ou L-enema®.
- 1 frasco de Simeticona ou Luftal®
- 1 caixa de Plasil® 10 mg ou Vonau® 8 mg - Não use se tiver alergia ou intolerância.

Na VÉSPERA do exame, use:

- **20h:** 1º sachê de Picoprep®
- **22h:** 2º sachê de Picoprep®
- **23h: Pare de comer.** Depois desse horário, tome apenas líquidos claros.

Como preparar cada sachê Picoprep: dissolva em 150 ml de água, mexa por 2 a 3 minutos em recipiente aberto e espere esfriar, se necessário. Depois de cada sachê, beba 1 litro de líquidos claros em até 2 horas.

No DIA do exame - Exames marcados até as 13h:

- **03h:** 1 comprimido de Plasil 10 mg ou Vonau 8 mg.
- **03:30h:** tome os 2 frascos de Manitol. Em seguida, tome 50 gotas de simeticona em 50 ml de água. **Após, não ingerir mais nada, nem mesmo água.**

No DIA do exame - Exames marcados a partir das 14h:

- 08h: 1 comprimido de Plasil 10 mg ou Vonau 8 mg.
- 09h: tome os 2 frascos de Manitol. Em seguida, tome 50 gotas de simeticona em 50 ml de água. **Após, não ingerir mais nada, nem mesmo água.**

Modo de preparo do Manitol: coloque os 2 frascos em uma jarra, sem diluir. Acrescente o suco coado de 1 limão. Tome 1 copo a cada 15 minutos e termine em até 1 hora. Após o Manitol e a simeticona: jejum absoluto, inclusive de água.

3. Lavagem Intestinal

3 horas antes de sair de casa:

- Aplique os 2 frascos de enema (Flex enema®, Phosfoenema® ou L-enema®) por via retal, com intervalo de 10 minutos entre as aplicações.

Como aplicar:

- Retire a capa protetora da cânula retal.
- Insira suavemente a cânula no reto.
- Aperte o frasco até o líquido ser expelido.
- Mantenha a posição o máximo de tempo possível.
- Vá ao banheiro e elimine as fezes.

Posições para aplicação:

- Com ajuda de outra pessoa:



- Você mesmo pode aplicar:



Contato: Em caso de dúvidas ou dificuldade, entre em contato com a equipe de enfermagem pelo WhatsApp: (21) 99793-0975. Nos horários de segunda a sexta, das 8h às 18h; sábado, das 8h às 12h.

4. Orientações Importantes

Suspenda as medicações abaixo pelo período indicado antes do exame:

Medicação	Suspender quantos dias antes
Semaglutida (Ozempic®, Wegovy®, Rybelsis®); Tirzepatida (Mounjaro®)	21 dias
Dulaglutida (Trulicity®); Éfedra e Kawa-Kawa	14 dias
Allium sativum; Canabidiol; Orlistate (Lipiblock®); Morosil; Nutryn	7 dias
Ferro (sulfato ferroso)	5 dias
Naltrexona	3 dias
Ginkgo biloba; medicação oral para diabetes; Liraglutida (Saxenda®, Victoza®); Fluoxetina; Lisdexanfetamina (Lyberdia®)	2 dias

Suspenda somente com autorização do seu médico:

- Anticoagulantes e antiagregantes (como Xarelto®, Eliquis®, Marevan®, Clexane®, Arixtra®, Lixiana®, Plavix®, Brilinta®, Ticlid® e similares). Para insulina, siga a orientação de redução ou interrupção do seu médico assistente.
-

Remédios para pressão: evite na manhã do exame.

Outros medicamentos habituais: podem ser mantidos, principalmente anticonvulsivantes e medicamentos para asma ou DPOC. Tomar antes do manitol.

Checklist para o dia do exame:

- **Venha com acompanhante maior de 18 anos, capaz e sem dificuldade de locomoção.**
- Traga o pedido médico original, a carteirinha do plano, exames anteriores, risco cirúrgico (se solicitado) e exame de sangue recente se tiver anemia ou plaquetas baixas.
- Informe todos os medicamentos e suplementos que usa.
- Se estiver com febre, infecção ou usando antibiótico, termine o tratamento e remarque o exame.

- Avise antes se tiver dificuldade de locomoção ou precisar de cuidados especiais.
- Após o exame: não dirija, trabalhe, opere máquinas, ande de moto ou assine documentos.

5. Sinais de alerta durante o preparo

Interrompa o preparo e procure um serviço de emergência se tiver: vômitos repetidos, barriga muito inchada e que não melhora, dor intensa, queda ou desmaio. Em horário comercial, avise também a equipe de enfermagem.

Unidades

- **Tijuca:** R. Conde de Bonfim, 497 – 2º andar
- **Barra:** Av. Evandro Lins e Silva, 840, sl. 901
- **Duque de Caxias:** R. Conde de Porto Alegre, 477 – Sl. 506
- **Del Castilho:** Av. Pastor Martin Luther King Júnior, 126 - Torre 1000 - sala 826 - Nova América Offices