


DIETA: 3 DÍAS ANTES DE LA PRUEBA, seguirá una dieta SIN FIBRA

PUEDE TOMAR	NO PUEDE TOMAR 
Leche desnatada, yogur desnatado, mantequilla (poca cantidad), quesos frescos o duros, pan blanco o tostado, galletas no integrales, caldos caseros colados, arroz y pastas (no integral), carnes blancas a la plancha, pescados blancos a la plancha o hervidos, zumos colados, infusiones, té, café y bebidas sin burbujas.	Leche entera, grasas, productos integrales, ensaladas, verduras y legumbres, fruta, patatas, carnes rojas y pescados azules, embutidos, chocolate, pasteles, frutos secos y bebidas con gas.

1 DÍA ANTES (24 horas), seguirá una DIETA LÍQUIDA sin lácteos:

Agua, caldos caseros colados, bebidas isotónicas, como Aquarius, refrescos sin burbujas, té, café e infusiones con o sin azúcar (de ahora en adelante denominados "líquidos claros").

INSTRUCCIONES DE TOMA DE CITRAFLEET

La caja de **CITRAFLEET** contiene 2 sobres exactamente iguales. El horario de toma de cada sobre va a depender de la hora a la que tenga que hacerse la prueba (Ver apartado: Horario de preparación con CITRAFLEET). A la hora que le corresponda:

1. Diluir un sobre de **CITRAFLEET** en un vaso de agua, esperar 15 minutos. Después beberá, **OBLIGATORIAMENTE, 2 LITROS de líquidos claros (8 vasos)**, hasta la toma del segundo sobre.

2. Diluir el otro sobre de **CITRAFLEET** en un vaso de agua. Deberá beber, **OBLIGATORIAMENTE, otros 2 litros de líquidos claros (8 vasos)**, durante las siguientes 2 horas, a razón de **un vaso cada cuarto de hora (15 min)**. Después de beber estos 2 litros, deberá permanecer en **ayuno absoluto** (ni sólidos, ni líquidos) hasta la hora de la prueba.

HORARIO DE PREPARACIÓN CON CITRAFLEET

- **Si su cita es por la MAÑANA (antes de las 11h)**

Tomar el 1º Sobre de CITRAFLEET a las **18:00 horas del día anterior a la exploración**

Tomar el 2º Sobre de CITRAFLEET a las **22:00 horas del día anterior a la exploración**

- **Si su cita es por la MAÑANA (de 11h-15h)**

Tomar el 1º Sobre de CITRAFLEET a las **21:00 horas del día anterior a la exploración**

Tomar el 2º Sobre de CITRAFLEET a las **7:00 horas del día de la exploración**

- **Si su cita es por la TARDE (después de las 15h)**

Tomar el 1º Sobre de CITRAFLEET a las **7:00 horas del día de la exploración**

Tomar el 2º Sobre de CITRAFLEET a las **11:00 horas del día de la exploración**

DEBE SEGUIR ESTRICTAMENTE ESTAS INSTRUCCIONES PARA EVITAR REPETICIONES Y RECUERDE:

1. Debe beber abundantes líquidos (entre **3,5 y 5 litros** en total) durante la preparación como medida de reposición hidroelectrolítica, preferiblemente **CALDOS CASEROS COLADOS** (de carne o jamón) y **BEBIDAS ISOTÓNICAS**, como Aquarius (no tomar sólo agua), dado que realizará abundantes deposiciones.

2. Si está en tratamiento con **HIERRO**, debe suspenderlo **10 días antes** de la prueba.

3. Si está en tratamiento con **ANTICOAGULANTES** (Sintrom o similares), **NUEVOS ANTICOAGULANTES** (Pradaxa, Xarelto), **ANTIAGREGANTES** (AAS, ADIRO, PLAVIX, ISCOVER), debe comunicárselo a su médico por si precisara suspenderlos antes de la prueba.

4. Debe acudir acompañado y no podrá conducir ni realizar tareas de concentración durante 10 horas aprox.