

ANÁLISES CLÍNICAS - PREPARO GERAL

Orientações gerais para exames laboratoriais

Chegue com 15 minutos de antecedência, venha com **roupas confortáveis** e apresente o **pedido médico** e a **carteirinha do plano de saúde**.

Preparo geral para Análises Clínicas

Além das orientações gerais abaixo, localize o exame solicitado na tabela deste material para verificar o preparo correspondente.

PREPARO DE EXAME

Higiene Pessoal

- Realizar a higiene pessoal habitual antes da coleta.
- Não há outras orientações gerais de higiene. Para exames com técnica de coleta própria, siga a orientação apresentada na tabela deste material.

Jejum / Preparo

- Mantenha sua alimentação e rotina habituais, conforme a orientação do exame na tabela deste material.
- Evite atividade física intensa antes da coleta.
- Evite o consumo de bebidas alcoólicas nas 24 horas anteriores à coleta.
- Quando houver jejum, siga o período indicado para o exame. Durante o jejum, água pura é permitida quando indicado.
- Mantenha-se hidratado, salvo orientação médica em contrário.

Medicações

- Informe ao profissional de saúde sobre medicamentos e suplementos em uso.
- **Não suspenda medicamentos por conta própria.**

Acompanhante

- Em coletas habituais, não é obrigatória a presença de acompanhante.
- Quando houver regra própria para o exame, siga a orientação apresentada na tabela.

Documentos

- Apresentar documento original com foto.
- Apresentar a carteirinha do plano de saúde e o pedido médico ou autorização, quando aplicável.
- **Se o pedido for emitido por médico externo à Prevent Senior, ele deve ser encaminhado previamente pelo aplicativo.**

Informações Importantes

- Localize na tabela deste material o exame solicitado pelo médico e siga a orientação correspondente.
- Caso não possa comparecer no dia ou horário agendado, entrar em contato com a Central de Agendamento ou realizar o cancelamento pelo Portal do Beneficiário.

ANÁLISES CLÍNICAS - TABELA DE PREPAROS

Orientações de coleta, conservação e entrega.

SEM NECESSIDADE DE JEJUM, PREPARO ESPECIAL OU AGENDAMENTO

EXAME(S)	ORIENTAÇÃO DE PREPARO
Hemograma completo • Hemoglobina glicada (HbA1c) • Ureia • Creatinina • Sódio • Potássio • Cálcio total • Magnésio • Ácido úrico • Fosfatase alcalina • Bilirrubinas • Amilase • Lipase • Ferritina • Vitamina B12 • Vitamina D – 25-OH • PCR • VHS • D-dímero • Troponina • Beta-hCG • HIV – sorologia • HBsAg / Anti-HBs • Anti-HCV • Sífilis – VDRL/teste treponêmico	Este exame não necessita de jejum, preparo especial ou agendamento.

PERFIL LIPÍDICO

EXAME(S)	ORIENTAÇÃO DE PREPARO
Coolesterol total • HDL / LDL • Triglicérides	não necessita de jejum. Se o médico indicar um período específico de jejum, seguir essa orientação, sem ultrapassar 14 horas. Durante o jejum, água pura é permitida. Manter a alimentação habitual nos três dias anteriores ao exame. Não consumir bebidas alcoólicas nas 24 horas anteriores à coleta. Evitar exercício físico intenso, acima do nível habitual de atividade diária, nas 24 horas anteriores à coleta.

EXERCÍCIO FÍSICO

EXAME(S)	ORIENTAÇÃO DE PREPARO
TGO (AST) • TGP (ALT) • CK / CPK	Não necessita de jejum. Evitar exercício físico intenso, acima do nível habitual de atividade diária, nas 24 horas anteriores à coleta.
GGT	Não necessita de jejum. Não consumir bebidas alcoólicas nas 24 horas anteriores à coleta.

GLICEMIA E METABOLISMO DA GLICOSE

EXAME(S)	ORIENTAÇÃO DE PREPARO
Glicemia	Se não houver indicação de jejum, a dosagem poderá ser realizada sem jejum, como glicemia aleatória. Se o médico solicitar a dosagem em jejum, realizar jejum de oito a doze horas, com água pura permitida.
Insulina	Realizar jejum conforme a idade: - Menores de 3 anos: 3 horas. - De 3 a 8 anos: 4 horas. - Maiores de 8 anos: 8 horas. Durante o jejum, água pura é permitida. Não prolongar o jejum além do período indicado para a idade; em nenhuma situação, ultrapassar 14 horas.

TIREOIDE

EXAME(S)	ORIENTAÇÃO DE PREPARO
TSH • T4 livre	Não necessita de jejum. Se utilizar levotiroxina pela manhã, realizar a coleta antes da dose do dia e tomar o medicamento após a coleta. Não interromper o tratamento nos dias anteriores.
T3	Não necessita de jejum. Se utilizar levotiroxina (T4) ou liotironina (T3) pela manhã, realizar a coleta antes da dose do dia e tomar o medicamento após a coleta. Não interromper o tratamento nos dias anteriores.

FERRO E FOLATO

EXAME(S)	ORIENTAÇÃO DE PREPARO
Ferro sérico • Transferrina / saturação	Preferir coleta pela manhã, antes do meio-dia, após jejum de 8 horas, com água permitida.
Ácido fólico / Folato	Se não houver indicação de jejum, a dosagem poderá ser realizada sem jejum. Se o médico solicitar a dosagem em jejum, realizar jejum de quatro a seis horas, com água pura permitida.

COAGULAÇÃO

EXAME(S)	ORIENTAÇÃO DE PREPARO
TP / INR	Não necessita de jejum. Se utilizar varfarina (Marevan®), manter a dose e o horário prescritos e realizar as coletas de controle aproximadamente no mesmo horário do dia. Não suspender nem alterar o medicamento por conta própria para realizar o exame.
TTPa	Não necessita de jejum. Se estiver em tratamento com heparina não fracionada, como Hemofol®, realizar a coleta no horário definido pela equipe responsável pelo tratamento. Não suspender nem alterar o medicamento por conta própria para realizar o exame.

ESPERMOGRAMA

EXAME(S)	ORIENTAÇÃO DE PREPARO
Espemograma	O espermograma não é realizado na rede interna da Prevent Senior. O exame deve ser realizado em laboratório credenciado, seguindo as orientações de preparo e coleta fornecidas pelo local.

ANÁLISES CLÍNICAS - TABELA DE PREPAROS

Orientações de coleta, conservação e entrega.

HORMÔNIOS E CICLO MENSTRUAL

EXAME(S)	ORIENTAÇÃO DE PREPARO
FSH / LH • Estradiol	Não necessita de jejum. Quando o médico indicar um dia específico do ciclo menstrual, realizar a coleta nessa data. Considerar o primeiro dia da menstruação como o primeiro dia do ciclo. Se não houver uma data determinada, a coleta poderá ser realizada em qualquer dia; a data de início da última menstruação deverá ser registrada no atendimento.
Progesterona	Não necessita de jejum. Para avaliação da ovulação, realizar a coleta preferencialmente cerca de sete dias antes da data prevista para a próxima menstruação ou na data indicada pelo médico. Considerar o primeiro dia da menstruação como o primeiro dia do ciclo.
Prolactina	Não necessita de jejum. O repouso de 30 minutos antes da coleta será realizado somente mediante solicitação médica.
Cortisol	Para a solicitação de Cortisol Basal: Não necessita de jejum. Realizar a coleta pela manhã, até as 9 horas. Para a solicitação de Cortisol da Tarde: Não necessita de jejum. Realizar a coleta preferencialmente entre 15 e 17 horas. Se o médico solicitar os dois exames, realizar as duas coletas no mesmo dia: uma pela manhã e outra à tarde, nos horários indicados acima.
Testosterona	Não necessita de jejum. Evitar exercício físico intenso, acima do nível habitual de atividade diária, nas 24 horas anteriores à coleta. Realizar a coleta pela manhã, entre 7 e 10 horas. Se utilizar testosterona em gel ou injetável, confirmar com o médico o momento da coleta em relação à dose.

TOTG / CURVA GLICÊMICA

EXAME(S)	ORIENTAÇÃO DE PREPARO
TOTG / Curva glicêmica	Preparo - Realizar o exame somente com solicitação médica e agendamento prévio. - Nos três dias anteriores, manter a alimentação habitual, sem restringir carboidratos, como arroz, pães, massas, batata e frutas. Não é necessário aumentar o consumo de açúcar ou doces. - Cumprir o período de jejum indicado para o exame agendado. Durante o jejum, beber somente água pura. Não consumir alimentos, café, chá, leite, sucos ou outras bebidas, mesmo sem açúcar. - Não utilizar laxantes na véspera apenas para estimular a evacuação. - Não suspender nem alterar medicamentos por conta própria. - No dia do exame, evitar esforço físico antes de chegar à unidade. - Se houver exame de urina solicitado para o mesmo atendimento, realizar a coleta antes de iniciar o teste. - Não é necessário comprar a solução de glicose; ela será fornecida pela unidade. Jejum recomendado: - Adultos: mínimo de 8 horas e máximo de 14 horas - De 3 a 5 anos: jejum obrigatório de 4 horas. - Maiores de 5 anos: jejum obrigatório de 8 horas (igual a adulto). Durante o exame - Permanecer na unidade até a conclusão de todas as coletas. - Permanecer sentado e em repouso, evitando caminhar desnecessariamente. - Não comer, fumar, utilizar cigarro eletrônico, mascar chicletes ou consumir balas. - Beber somente água pura. - Avisar imediatamente a equipe se apresentar náuseas, vômitos, tontura, fraqueza, suor frio ou outro mal-estar. Em caso de vômito, poderá ser necessário interromper e remarcar o exame. Orientações específicas para gestantes — TOTG 75 g - Realizar o exame na época indicada pelo médico, habitualmente entre a 24ª e a 28ª semana de gestação. - Realizar jejum de oito horas, com água pura permitida. Não prolongar o jejum desnecessariamente. - Se já houver diagnóstico de diabetes gestacional ou diabetes anterior à gestação, confirmar a necessidade do TOTG com o médico antes de iniciar o preparo. Orientações específicas para crianças e adolescentes - Menores de 18 anos devem comparecer acompanhados de um responsável legal. - Menores de 14 anos devem iniciar o exame preferencialmente até as 8 horas, para evitar prolongamento desnecessário do jejum. - O período de jejum deve ser fornecido pela unidade no agendamento, conforme a idade e o exame solicitado. Não aplicar automaticamente o jejum dos adultos nem prolongá-lo por conta própria. Contraindicações à realização do teste - O teste de tolerância a glicose não é recomendado para pacientes hospitalizados, agudamente doentes ou em repouso prolongado no leito. - O teste não é recomendado para indivíduos com diagnóstico confirmado de diabetes. Em caso de uso de hipoglicemiantes orais e/ou insulina, preferencialmente esses medicamentos devem ser suspensos pelo menos 3 dias antes do teste, desde que autorizado pelo médico solicitante. - O teste não é recomendado para pacientes com cirurgia gástrica ou bariátrica prévia, devido ao risco de ocorrência da síndrome de dumping (caracterizada por cefaleia, hipotensão, taquicardia, sudorese, náuseas, fraqueza e/ou diarreia) após a ingestão da sobrecarga de glicose. - Para pacientes que fizeram cirurgia bariátrica, gastrectomia ou gastroplastia, é necessário que o médico solicitante faça um relatório descrevendo exatamente qual o tipo de cirurgia bariátrica que o paciente realizou, e justificar nesse relatório a necessidade do teste. - Caso o cliente apresente diarreia nos dois dias que antecedem o exame ou no mesmo dia de sua realização, a prova deve ser agendada para outra data.

ANÁLISES CLÍNICAS - TABELA DE PREPAROS

Orientações de coleta, conservação e entrega.

PSA

EXAME(S)	ORIENTAÇÃO DE PREPARO
PSA total/livre	Não necessita de jejum. Para a coleta de PSA, recomenda-se que o cliente atenda às seguintes condições: Não ter ejaculado nos últimos 2 dias; Não ter relação sexual anal nos últimos 7 dias; Não ter feito exercício em bicicleta (ergométrica ou não) nos últimos 2 dias; Não ter andado de motocicleta nos últimos dois dias; Não ter praticado equitação nos últimos dois dias; Não ter usado supositório nos últimos três dias; Não ter recebido sondagem uretral ou feito exame de toque retal nos últimos 3 dias; Não ter feito cistoscopia nos últimos 5 dias; Não ter realizado ultra-sonografia transretal nos últimos 7 dias; Não ter feito colonoscopia ou retossigmoidoscopia nos últimos 15 dias; Não ter realizado estudo urodinâmico nos últimos 21 dias; Não ter feito biópsia de próstata nos últimos 30 dias; Não ter mantido relações sexuais com ejaculação nas últimas 48 horas. Obs.: no caso de homens que tenham feito prostatectomia total (retirada total da próstata), o preparo não é necessário.

EXAMES DE URINA

EXAME(S)	ORIENTAÇÃO DE PREPARO
EAS / Urina tipo 1	Preparo • Não necessita de jejum. • Realizar a coleta preferencialmente na Unidade Diagnóstica, após permanecer pelo menos duas horas sem urinar. • Manter a ingestão habitual de líquidos. Não beber água em excesso para estimular a produção de urina. • Preferir a coleta fora do período menstrual. Coleta 1. Lavar as mãos e higienizar a região genital com água e sabonete. Enxaguar e secar. 2. Afastar os grandes lábios ou retrair o prepúcio, mantendo essa posição durante a coleta. 3. Desprezar o primeiro jato no vaso sanitário e, sem interromper a micção, coletar o jato médio no frasco fornecido. 4. Não tocar a parte interna do frasco ou da tampa. Evitar contaminação com fezes ou sangue menstrual. 5. Fechar bem o frasco e identificar com nome completo, data e horário da coleta. Entrega • Entregar o frasco imediatamente à equipe da Unidade Diagnóstica. A coleta por sondagem vesical será realizada somente quando estiver expressamente indicada no pedido médico.
Urocultura	Preparo • Não necessita de jejum. • Realizar a coleta preferencialmente na Unidade Diagnóstica, após permanecer pelo menos duas horas sem urinar. • Manter a ingestão habitual de líquidos. Não beber água em excesso para estimular a produção de urina. Coleta 1. Lavar as mãos e higienizar a região genital com água e sabonete. Enxaguar e secar. 2. Afastar os grandes lábios ou retrair o prepúcio, mantendo essa posição durante a coleta. 3. Desprezar o primeiro jato no vaso sanitário e, sem interromper a micção, coletar o jato médio no frasco estéril fornecido. 4. Não tocar a parte interna do frasco ou da tampa. Evitar contaminação com fezes ou sangue menstrual. 5. Fechar bem o frasco e identificar com nome completo, data e horário da coleta. Entrega • Entregar o frasco imediatamente à equipe da Unidade Diagnóstica. A coleta por sondagem vesical será realizada somente quando estiver expressamente indicada no pedido médico.

URINA DE 24 HORAS

EXAME(S)	ORIENTAÇÃO DE PREPARO
Urina de 24 horas	Preparo • Retirar previamente os frascos de coleta na Unidade Diagnóstica. • Manter a ingestão habitual de líquidos durante a coleta. • Preferir a coleta fora do período menstrual. • Planejar a coleta para que a entrega ocorra durante o horário de atendimento da unidade. Coleta 1. Ao levantar pela manhã, urinar no vaso sanitário e desprezar toda essa primeira urina. Anotar a data e o horário. 2. A partir desse momento, recolher toda a urina produzida durante o dia e a noite, colocando-a nos frascos fornecidos. 3. No dia seguinte, exatamente no mesmo horário em que iniciou, urinar novamente e recolher essa última urina. Exemplo: se a primeira urina foi desprezada às 7h, a coleta termina às 7h do dia seguinte, incluindo a urina desse horário. 4. Nenhuma micção pode ser perdida durante as 24 horas. 5. Utilizar somente os frascos fornecidos pela Unidade Diagnóstica. Retirar previamente frascos suficientes para todo o período. 6. Identificar os frascos com nome completo, data e horário de início e término. Conservação e entrega • Durante a coleta, manter os frascos bem fechados e refrigerados, protegidos da luz direta e fora do alcance de crianças e animais. Não congelar. • Após o término, entregar todo o volume coletado à Unidade Diagnóstica em até três horas, respeitando o horário de atendimento. • Transportar os frascos fechados e em posição vertical.

ANÁLISES CLÍNICAS - TABELA DE PREPAROS

Orientações de coleta, conservação e entrega.

EXAMES DE FEZES

EXAME(S)	ORIENTAÇÃO DE PREPARO
Parasitológico de fezes	Preparo • Não necessita de jejum. • Nos três dias anteriores à coleta, evitar, sempre que possível, antiácidos, laxantes e contraste radiológico por via oral. Não suspender medicamentos prescritos sem orientação médica. • Retirar previamente, na Unidade Diagnóstica, o frasco Coproplus com líquido conservante. • Quando forem solicitadas duas ou mais amostras, retirar um frasco para cada coleta. Coleta 1. Evacuar em recipiente limpo e seco. Não permitir contato das fezes com água do vaso sanitário, urina, produtos de limpeza ou papel higiênico. 2. Abrir o frasco Coproplus cuidadosamente, sem derramar o líquido conservante. Manter o frasco em posição vertical. 3. Com o dispositivo coletor preso à tampa, retirar porções de diferentes partes das fezes. Preencher o dispositivo sem ultrapassar sua capacidade e colocá-lo no frasco. 4. Não descartar o líquido conservante. 5. Fechar bem a tampa para evitar vazamentos. 6. Identificar o frasco com nome completo, data e horário da coleta. Conservação e entrega • Manter o frasco bem fechado, em temperatura ambiente e em posição vertical. Não é necessário refrigerar. • Entregar à Unidade Diagnóstica em até três dias após a coleta, respeitando o horário de recebimento. • Quando forem solicitadas várias amostras, coletar em dias diferentes, utilizando um frasco novo para cada coleta. • Os frascos podem ser entregues juntos, desde que nenhuma amostra ultrapasse três dias entre a coleta e a entrega. Cuidados com o conservante • Não ingerir o líquido nem permitir contato com olhos ou boca. • Manter o frasco fora do alcance de crianças e animais.
Sangue oculto nas fezes	Preparo • Não necessita de jejum nem de dieta específica. Manter a alimentação habitual. • Retirar previamente o coletor universal na Unidade Diagnóstica. Quando forem solicitadas duas ou mais amostras, retirar um frasco para cada coleta. • Manter os medicamentos nas doses e horários prescritos. Não suspender anti-inflamatórios, corticoides, ácido acetilsalicílico (AAS), ferro ou vitamina C por conta própria. • Não coletar durante a menstruação ou enquanto houver sangramento de hemorroidas. Aguardar pelo menos 48 horas após o término do sangramento. • Não praticar sexo anal nas 24 horas anteriores à coleta. • Após exame com contraste radiológico por via oral, aguardar 72 horas para coletar. Coleta 1. Urinar antes de evacuar, para evitar que a urina se misture às fezes. 2. Evacuar em recipiente limpo e seco. Não retirar fezes do vaso sanitário, mesmo que não tenham entrado em contato aparente com a água. 3. Utilizar a pá do coletor para transferir uma porção das fezes para o frasco. Evitar contato com urina, água ou produtos de limpeza. 4. Fechar bem o frasco e identificar com nome completo, data e horário da coleta. Conservação e entrega • Manter o frasco fechado, dentro de um saco plástico, na geladeira, entre 2 e 8 °C. Não congelar. • Entregar à Unidade Diagnóstica no mesmo dia da coleta, o mais breve possível. • Quando forem solicitadas várias amostras, coletar em dias diferentes, utilizando um frasco novo para cada coleta. Entregar cada amostra no respectivo dia da coleta.

EXAMES DE FEZES

EXAME(S)	ORIENTAÇÃO DE PREPARO
Coprocoltura	Preparo • Não necessita de jejum. • Após exame com contraste radiológico por via oral, aguardar pelo menos duas evacuações antes de coletar. • Retirar previamente o frasco coletor na Unidade Diagnóstica. Coleta 1. Evacuar em recipiente limpo e seco, sem contaminar as fezes com urina. 2. Com a espátula, transferir uma porção das fezes para o frasco sem conservante fornecido pelo laboratório. 3. Fechar bem o frasco e identificar com nome completo, data e horário da coleta. Conservação e entrega • Manter o material refrigerado até a entrega. • Entregar à Unidade Diagnóstica em até 12 horas após a coleta.