

RECOMENDACIONES PREVIAS A LAS PRUEBAS DE LABORATORIO



Muestra de Sangre: Exámenes de Metales Pesados

Cadmio y Arsénico



Abstenerse de fumar y de consumir vino. Evitar la ingesta de pescados, mariscos y alimentos enlatados durante al menos 72 horas antes del examen.

Mercurio



Evitar el consumo de pescados, mariscos y productos que contengan yodo durante al menos 48 horas antes del examen.

Muestra de Sangre: Recomendaciones generales

¿Cómo prepararte para un examen de sangre?

Dieta previa



No ingerir ningún alimento las 8 horas previas a la extracción de sangre.

Ayunar



De forma prolongada no es tampoco apropiado, porque puede modificar los niveles de glucosa.

Ejercicio



24 horas previas a la extracción no se debe realizar ninguna actividad física intensa ya que puede modificar ciertos parámetros sanguíneos (variación de los glóbulos rojos, bilirrubina, potasio, ácido úrico).

Alcohol



No se deben consumir bebidas alcohólicas la noche antes de la analítica, ya que puede provocar cambios en las concentraciones de ciertas enzimas del hígado o variar los valores de glucosa.

Tabaco



No se debe fumar antes ni después de la extracción de sangre, porque puede interferir en la curva de glucosa e incrementar la concentración de ácidos grasos, entre otras alteraciones.

Mascar chicle



No es recomendable mascar chicle o comer caramelos durante el ayuno previo a la extracción de sangre. Estos productos contienen azúcares o edulcorantes (en el caso de los chicles sin azúcar) que pueden modificar los niveles de glucosa en sangre.

Medicamentos











Algunos fármacos pueden alterar los resultados de los análisis de sangre. Los anticonceptivos orales, los antibióticos, determinadas vitaminas, los corticosteroides, los esteroides anabólicos o la aspirina pueden afectar. Es recomendable avisar al médico si se está siguiendo un tratamiento farmacológico.

Cambios en el estilo de vida



Se debe mantener la dieta y el estilo de vida habitual en las semanas previas a la extracción de sangre.

Examen Completo de Orina

-  1. Durante el día son aceptables muestras con retención urinaria mínima de 4 horas.
-  2. No deberá forzar la micción ingiriendo gran cantidad de líquidos.
-  3. Es recomendable no obtener la muestra de orina durante el periodo menstrual, si fuera así informar.
-  4. Destapar un frasco de boca ancha y tapa rosca hermética nuevo y limpio.
5. Para la colección las damas deben separar los labios con los dedos y los caballeros deberán mantener el prepucio retraído.
-  6. Eliminar el primer chorro de orina y recolectar el siguiente chorro en el frasco (chorro medio).
-  7. Luego de miccionar cerrar firmemente la tapa.
-  8. Entregar la muestra al laboratorio a temperatura ambiente hasta en dos horas de haber sido obtenida, si se espera demora se debe refrigerar la muestra (no congelar).
-  9. Si la muestra es obtenida en domicilio el personal que recepciona verifica el volumen de la muestra, y la correcta identificación.






Orina para pruebas Toxicológica (Supervisada)

Como parte del proceso de la toma de muestra para pruebas toxicológicas (drogas de abuso) deberá ser supervisado por un personal capacitado en el procedimiento y deberá hacerse por observación visual directa, dicho procedimiento aplica tanto para pacientes masculino y femenino. Es preciso mantener una vigilancia adecuada en todo momento, haciendo al mismo tiempo todo lo posible por proteger la intimidad y la dignidad del paciente. El supervisor también deberá prevenir todo intento de añadir sustancias contaminantes o reactivas a la orina.



Recolección de Orina 24 horas

La recolección se realizará de la siguiente manera:

-  1. Anote la hora de inicio del procedimiento (ejemplo: 7 am).
-  2. Elimine la primera orina, no la vierta al frasco recolector.
-  3. A partir de ese momento, colecte toda la orina, incluida la que pueda eliminar durante la defecación, hasta cumplir las 24 horas.
-  4. La última micción debe hacerla a la misma hora que comenzó la recolección y ésta se añade a la recolectada (en nuestro ejemplo, 7 am del día siguiente), toda la orina recolectada durante el período completo debe guardarse refrigerada.
-  5. Durante el período de recolección de la orina, usted debe ingerir el volumen de líquidos que usualmente ingiere, registrar sus nombres, fecha, hora de inicio y hora de termino en la etiqueta. finalmente, lleve toda su orina recolectada lo más pronto posible al laboratorio.
6. Para la recolección deberá usar galonera, similar a la de la imagen debajo.



Heces simple

Colectar la deposición en un recipiente limpio, con tapa rosca hermética, sin ningún preservante. Sin agua ni orina y con la cucharita limpia incluida en los frascos, colocar en el frasco una porción de heces procurando que la mezcla tenga el tamaño aproximado de una aceituna y cerrarlo correctamente. Registrar su nombre, fecha y hora de recolección en la muestra entregada (etiqueta).



Raspado de uñas KOH



Las uñas deben estar sin algún tipo de esmalte o producto, es decir las uñas deben estar limpiar.

Examen de Thevenon



1. 3 días previos a la toma de muestra, no consumir carnes rojas, verduras, ensaladas, betarraga, manzana, naranja, banana y derivados, alcohol y menestras.



2. Evitar medicamentos como colchicina, hierro yodo, bromuro, ácido bórico, reserpina, vitamina c en grandes dosis.



3. Evitar medicamentos que pueden producir sangrado gastro-intestinal (anticoagulantes, ácido acetil salicílico, antiinflamatorios no esteroideos y corticoides).



4. No coleccionar heces durante el periodo menstrual, ni si tienen hemorroides sangrantes coleccionar la muestra directamente en frasco de boca ancha y tapa rosca hermética sin preservante.



5. Registrar su nombre, fecha y hora de recolección de la muestra entregada (etiqueta).

Recomendaciones Prueba Arsénico Orina Simple

No fumar, no ingerir vino, no ingerir pescados, mariscos ni alimentos enlatados, por lo menos dos días antes de la prueba. Se recomienda la primera orina de la mañana.



Realizar higiene de sus genitales antes de recolectar la muestra, eliminar el primer chorro y recolectar la muestra (medio frasco de orina).

Colocar su nombre, fecha y hora de recolección en la etiqueta. Una vez obtenida la muestra llevar al laboratorio clínico.

MUESTRA: Orina simple.
ENVASE: Frasco para Orina.



Prueba arsénico orina 24 horas



No fumar, no ingerir vino, no ingerir pescados, mariscos ni alimentos enlatados por lo menos dos días antes de la prueba. No realizar ejercicios violentos antes ni durante el tiempo de recolección de la muestra.



El día en que se inicia la recolección, a una hora determinada, de preferencia al levantarse, debe vaciar la vejiga orinando todo el contenido, no debe de recolectar esa orina, sólo la elimina. escriba la hora en que ello ocurrió.



De ahí en adelante (en el envase proporcionado por laboratorio) debe juntar toda la orina de cada micción durante las 24 horas siguientes, la última micción debe hacer a la misma hora que comenzó la recolección y ésta se añade a la recolectada.



Por ejemplo: si usted vació su vejiga a las 8:00 am, desechando la orina, debe orinar nuevamente a las 8:00 am del día siguiente. toda la orina recolectada durante el período completo debe guardarse refrigerada. durante el período de recolección de la orina, usted debe ingerir el volumen de líquidos que usualmente ingiere, salvo que su médico tratante disponga lo contrario. registrar sus nombres, fecha, hora de inicio y hora de termino en la etiqueta. Debe llevar toda la orina recolectada antes de dos horas al laboratorio clínico. **MUESTRA:** Orina 24 horas.

ENVASE: Galonera

Recomendaciones Prueba Arsénico en Sangre



No fumar, no ingerir vino, no ingerir pescados, mariscos ni alimentos enlatados, por lo menos dos días antes de la prueba.

■ **Al culminar el total de sus exámenes, acorde al protocolo asignado por su empresa, los resultados se entregarán: vía correo electrónico a la empresa.*

En caso tuviera alguna observacion, esta será enviada directamente a la empresa, quienes coordinarán con ustedes la entrega de la misma para gestionar el levantamiento.

Te invitamos a visitar:

 **Nuestras sedes** 