



# Manual de Preparo de Exames Especiais

Edição 7 - Novembro de 2024

Orientações essenciais para a preparação adequada de exames médicos como colonoscopia, ultrassom, M.A.P.A, Holter e outros.

# Olá!

Nosso manual de preparo de exames médicos é um guia essencial para garantir uma avaliação precisa da sua saúde. Portanto, estas instruções devem ser seguidas com atenção.

Cada exame tem suas exigências e particularidades. É neste material que você vai encontrar as orientações gerais e específicas para cada tipo de procedimento – desde jejum adequado até restrições de medicamentos. Além disso, oferecemos dicas valiosas para garantir seus cuidados durante todo o processo.

Mas lembre-se que estes direcionamentos são gerais. Caso o médico que o acompanhe tenha fornecido instruções diferentes, faça conforme orientado por ele.

Conte conosco para cuidar da sua saúde e não hesite em nos contatar em caso de dúvidas. ❤️

Vamos lá?

Atenciosamente,

*Equipe Norden*

# ÍNDICE

<b>04</b>	<b>ORIENTAÇÕES GERAIS</b>
<b>05</b>	<b>BIOIMPEDÂNCIA</b>
<b>06</b>	<b>COLONOSCOPIA</b>
<b>08</b>	<b>ECOCARDIOGRAMA POR ESTRESSE FARMACOLÓGICO</b>
<b>09</b>	<b>ECOCARDIOGRAMA TRANSESOFÁGICO</b>
<b>10</b>	<b>ENDOSCOPIA DIGESTIVA ALTA</b>
<b>11</b>	<b>HOLTER DE 24H</b>
<b>13</b>	<b>M.A.P.A. 24H</b>
<b>14</b>	<b>TESTE ERGOMÉTRICO/TESTE DE ESFORÇO</b>
<b>16</b>	<b>ULTRASSONOGRRAFIA</b>

**Veja quais são as instruções que TODOS os pacientes devem seguir.**

Apesar de cada exame ter seu preparo específico, alguns deles têm preparos e orientações em comum. Confira atentamente cada um deles e siga-os rigorosamente:

- Trazer pedido médico e documentos pessoais. Caso já tenha feito o exame antes, traga-o no dia agendado.
- Caso não traga guia autorizada com o pedido médico ou não venha acompanhado (em caso de exames com acompanhante obrigatório), o exame não será realizado.
- Menores de 18 anos devem estar acompanhados por um responsável legal.

Lembre-se que, apesar de não serem exames complexos, fazer você se sentir seguro e o mais confortável possível é muito importante para nós. Estamos disponíveis lhe dar suporte em quaisquer questões que surgirem. Não hesite em nos contatar pelo telefone, Whatsapp ou pelo chat do site:

  16 **3363-2200**  
 **meunorden.com**

# Bioimpedância

## O que é o exame

- A bioimpedância é um método utilizado para estimar a composição corporal, através da medição da resistência elétrica dos tecidos do corpo. Este exame pode ser utilizada para avaliar parâmetros como a porcentagem de gordura corporal, de massa muscular, entre outros.

## Como é realizado

- O exame é completamente indolor e não invasivo. O paciente irá subir em uma balança de bioimpedância e segurar com as duas mãos uma barra com sensores conectada na balança.
- Em segundos o aparelho irá analisar o peso corporal, a massa de músculo esquelético, a massa de gordura corporal, o índice de massa corporal, o percentual de gordura do corpo e a taxa de metabolismo basal.

## Horário de comparecimento

- Chegar 30min antes do horário agendado.

## Medicação pré-exame

- Não fazer o exame durante o uso de diuréticos (se utilizar, informar no momento do exame).

## Dieta

- Jejum alimentar e líquido de no mínimo 2 horas.
- Não ingerir álcool e cafeína (café, chocolate, chás, energéticos, refrigerantes, etc) 24 horas antes do exame.
- Coma normalmente na véspera e no dia do exame, mas de preferência a alimentos mais leves.

## Vestimenta

- Não vir com adornos como brincos, colares, pulseiras, anéis, relógios e piercings.
- Usar roupas leves.

## Outras orientações

- Não se exercitar e/ou tomar banho antes do teste.
- Não utilizar cremes nas mãos e nos pés no dia do exame.
- Esvaziar a bexiga antes do teste.
- Se possuir marca-passo ou outro dispositivo médico implantado, informar antes do exame.

# Colonoscopia

## O que é o exame

• A colonoscopia é um exame endoscópico destinado ao diagnóstico de doenças da porção final do intestino delgado (íleo terminal), do intestino grosso (cólon) e do reto, sendo realizado através do ânus, apenas não permitindo adequada avaliação das lesões em canal anal e borda anal.

## Como é realizado

- Depois da anestesia intravenosa, o médico introduz o colonoscópio no paciente. O aparato é um tubo flexível com uma câmera que registra e mostra em tempo real os tecidos do indivíduo em busca de indicativos de doenças.
- Relembramos que o exame é rápido e o paciente recebe monitoramento cardíaco e de oxigenação. Portanto, não há motivos para nervosismo: cuidar e assegurar seu bem-estar sempre será nossa prioridade.

## Horário de comparecimento

- Chegar no Norden Hospital com 30min de antecedência.
- Comparecer com acompanhante, que deverá permanecer na unidade até o fim do exame.

## Medicação pré-exame

- Pacientes que fazem uso de **anticoagulantes** (medicações que afinam o sangue) devem passar em consulta com médico anesthesiologista.
- **Sete dias antes do exame:** se for o seu caso, suspender o uso de **anti-inflamatórios** (Diclofenaco, Nimesulida, etc.).
- **Cinco dias antes do exame:** se for o seu caso, suspender o uso de **anticoagulantes** (Clopidogrel, Marevan, Warfarin, etc.) e **bloqueadores de secreção ácida** (Omeprazol, Pantoprazol, Ranitidina, etc.).
- **No dia do exame:** se for o seu caso, não tomar a medicação diária para diabetes (Metformina, Insulina, etc); tomar a medicação para controle da pressão até às 06h00 da manhã (Anti-Hipertensivo).
- **Medicamentos:** 1 frasco de **DUPHALAC®** (200 ml) e 1 frasco de **Simeticona**.
- **6 horas antes do exame:** coloque em uma jarra todo o frasco de 200 ml de DUPHALAC®, adicione 800 ml de isotônico (de preferência sabor limão) ou suco de limão coado e adicione 100 gotas de Simeticona. A solução será de 1 litro, que deve ser tomada **dentro de 1 hora**, em copos de 200 ml a cada 10 minutos.

Na sequência deverá ser tomado 1 litro de água, também dentro de 1 hora.

Ande o máximo possível, até a finalização do preparo.

# Colonoscopia

Em 2 a 3 horas haverá pouca ou nenhuma vontade de ir ao banheiro e o conteúdo deve ser amarelo claro e sem resíduos.

## Dieta

- **Três dias antes do exame:** Evitar o consumo de carne vermelha, frutas com bagaço e sementes em geral. Aumentar a ingestão de líquidos, para uma boa hidratação do organismo no dia do preparo (se for permitido por seu médico assistente).
- **Um dia antes do exame:** Apenas dieta sem resíduos, como por exemplo: água, água de coco, sucos de cores claras coados, isotônicos de cores claras, gelatinas de cores claras, biscoito de polvilho, caldos salgados claros (ingerir somente o caldo coado, não bater no liquidificador) e macarrão instantâneo sem molho.
- **No dia do exame:** Apenas dieta líquida com água, água de coco, sucos de cores claras coados, isotônicos de cores claras, que podem ser ingeridos **até 3 horas antes** do horário do exame. Não é permitido comer nada antes do exame.

## Vestimenta

- Não ir para o exame com adornos como brincos, colares, pulseiras, anéis, relógios, piercings e esmaltes de cor escura. Informar o uso de prótese dentária

## Outras orientações

- Se houver, trazer exames anteriores de Colonoscopia.

# Ecocardiograma por Estresse Farmacológico

## O que é o exame

• É um tipo de ultrassom que permite avaliar a mudança da contração do coração durante o repouso e após o estresse farmacológico.

## Como é realizado

• Ao longo do exame, o paciente permanecerá deitado na maca e receberá a infusão via intravenosa em doses crescentes do medicamento para aumento da frequência cardíaca. Durante a avaliação, a Pressão Alta (PA), o ritmo cardíaco, os níveis de oxigênio no sangue e o eletrocardiograma são monitorados.

## Horário de comparecimento

- Chegar no Norden Hospital com 40min de antecedência.
- O tempo médio de duração do exame é 40min.
- Após o exame, permanecer em repouso durante 1h. Retornar à rotina normal, sem restrição de dietas, 60min depois.
- Comparecer com acompanhante, que deverá permanecer na unidade até o fim do exame.

## Medicação pré-exame

• Fica a critério do médico do paciente a necessidade ou não da suspensão das medicações de uso contínuo. Se a indicação do exame for para investigação de doença coronariana, é prudente a suspensão dos seguintes medicamentos 3 dias antes do exame: Betabloqueadores, Nitratos e Bloqueadores dos Canais de Cálcio.

## Dieta

- Jejum alimentar e líquido de no mínimo 8 horas antes do exame.

## Vestimenta

- Usar roupas confortáveis, preferencialmente duas peças.

## Outras orientações

- Se houver suspeita de gravidez o exame não deverá ser realizado.

# Ecocardiograma Transesofágico

## O que é o exame

• Também chamada de ecografia transesofágica, este exame médico busca avaliar de forma aprofundada as estruturas do coração do paciente, com destaque para as válvulas do coração. É necessário anestesia local.

## Como é realizado

• A coleta de imagens de ultrassom é realizada com uma sonda que é inserida pela boca e passa pelo esôfago. A partir dessa posição, próximo à parede do esôfago, são capturadas imagens do coração, o que permite uma visualização mais detalhada e precisa da estrutura cardíaca, proporcionando maior qualidade no diagnóstico.

## Horário de comparecimento

- Chegar no Norden Hospital com 40min de antecedência.
- Comparecer com acompanhante, que deverá permanecer na unidade até o fim do exame.

## Medicação pré-exame

• Não suspender medicações de uso diário exceto se houver solicitação médica.

## Dieta

• Jejum alimentar e líquido de no mínimo 8 horas antes do exame.

## Vestimenta

• Não vir com adornos como brincos, colares, pulseiras, anéis, relógios e piercings.

# Endoscopia Digestiva Alta

## O que é o exame

• É uma investigação para identificar as doenças do aparelho digestório, desde o esôfago, passando pelo estômago até a porção inicial do duodeno. Pode confirmar (ou não) doenças como gastrite, esofagite, câncer de estômago, entre outros.

## Como é realizado

• Depois da anestesia intravenosa, o médico introduz o endoscópio no paciente. O aparato é um tubo flexível com uma câmera que registra e mostra em tempo real os tecidos do indivíduo em busca de indicativos de doenças.

• Relembramos que o exame é rápido e o paciente recebe monitoramento cardíaco e de oxigenação. Portanto, não há motivos para nervosismo: cuidar e assegurar seu bem-estar sempre será nossa prioridade.

## Horário de comparecimento

- Chegar no Norden Hospital com 30min de antecedência.
- Comparecer com acompanhante, que deverá permanecer na unidade até o fim do exame.

## Medicação pré-exame

- **Cinco dias antes do exame:** se for o seu caso, suspender o uso de anticoagulantes (Clopidogrel, Marevan, Warfarin, etc.) ou bloqueadores de secreção ácida (Omeprazol, Pantoprazol, Ranitidina, etc.).
- Se for o caso, parar de tomar Clexane um dia antes do exame.
- **No dia do exame:** tomar 60 gotas de Simeticona diluído em 100ml de água uma hora antes do exame. Se for o caso, não tomar remédio para diabetes.

## Dieta

- **Exame pela manhã:** alimentação leve até às 20h do dia anterior. Pode-se ingerir líquido até 6 horas antes do exame, em pequena quantidade. Não tomar café, leite, iogurte, sucos de cor escura ou refrigerante.
- **Exame pela tarde:** alimentação normal no dia antecedente ao exame. Fazer jejum 6h antes do exame. Não tomar leite, apenas um copo de líquido de cor clara e duas torradas.

## Vestimenta

- Não vir com adornos como brincos, colares, pulseiras, anéis, relógios e piercings.
- Trazer uma toalha de rosto.

# Holter de 24h

## (Eletrocardiograma de Longa Duração)

### O que é o exame

• Investiga a presença de arritmias cardíacas e irregularidades no ritmo no coração. Também verifica se há falta de oxigênio no músculo cardíaco. Esse exame é indicado quando o paciente apresenta palpitações, tonturas, desmaios, dor no peito, entre outros.

### Como é realizado

- O exame é completamente indolor e não invasivo. São fixados eletrodos no tórax do paciente, conectados a um aparelho preso na cintura.
- O indivíduo deve ficar com o dispositivo durante 24h, instalando-o e retirando-o no Norden Hospital.

### Horário de comparecimento

- Chegar no Norden Hospital com 20min de antecedência.

### Medicação pré-exame

- Não suspender medicações de uso diário exceto se houver solicitação médica.

### Dieta

- Evitar consumo de álcool e bebidas com cafeína.

### Vestimenta

- Utilizar roupas com duas peças. A blusa deve ter a manga bem folgada ou bem curta. O ideal é uma camiseta de malha.
- Usar cinto para que seja possível a fixação do dispositivo no local correto.

### Higiene

- Tomar banho antes de instalar o Holter, pois o paciente não poderá fazê-lo durante o período do exame.
- Não usar cremes na pele do tórax antes do procedimento.
- Se for o caso, depilar a região do tórax para instalação dos eletrodos.

# Holter de 24h (Eletrocardiograma de Longa Duração)

---

## ⚠ Outras Orientações

---

- Manusear o aparelho de maneira cuidadosa: não se deve bater, sujar, molhar ou deixar cair o aparelho. Caso ocorra algum dano, o paciente será responsável pelos custos do conserto.
- Não puxar os cabos do aparelho.
- Não fazer exercícios físicos durante o período em que estiver com o aparelho.
- Portadores de marcapasso devem trazer a carteirinha de identificação do aparelho para cópia das informações. A falta dessas informações prejudica e até impede a análise e interpretação do exame.

# M.A.P.A. 24h (Monitorização Ambulatorial da Pressão Arterial)

## O que é o exame

• É um dispositivo que irá fazer medição automática da pressão arterial ao longo de 24h para acompanhar e diagnosticar hipertensão ou hipotensão arterial.

## Como é realizado

• O exame é completamente indolor e não invasivo. Um dispositivo é colocado na cintura do paciente e conectado a um fino tubo plástico, que por sua vez é acoplado a uma braçadeira que ficará no braço do indivíduo.

• O aparelho irá medir a pressão do paciente a cada 20 minutos durante o dia e 30 minutos durante a noite. O indivíduo deve ficar com o dispositivo durante 24h, instalando-o e retirando-o no Norden Hospital.

## Horário de comparecimento

• Chegar no Norden Hospital com 20min de antecedência.

## Medicação Pré-exame

• Não suspender medicações de uso diário exceto se houver solicitação médica.

## Vestimenta

• Usar roupas confortáveis, com duas peças.

• Usar cinto para que seja possível a fixação do dispositivo no local correto.

## Higiene

• Tomar banho antes de instalar o MAPA, pois o paciente não poderá fazê-lo durante o período do exame.

## Outras Orientações

• Manusear o aparelho de maneira cuidadosa: não se deve bater, sujar, molhar ou deixar cair o aparelho. Caso ocorra algum dano, o paciente será responsável pelos custos do conserto.

• Não fazer exercícios físicos durante o período em que estiver com o aparelho.

• Não desligar o aparelho ou retirar o manguito do braço, pois irá prejudicar a análise das informações coletadas.

# Teste Ergométrico/Teste de Esforço

## O que é o exame

- É um rastreamento para avaliar o funcionamento cardiovascular enquanto o paciente é gradualmente submetido a exercícios físicos em esteira rolante.

## Como é realizado

- São colocados eletrodos no tórax do paciente para registro de eletrocardiograma. Ao longo do exame, o paciente deve se exercitar na esteira rolante. Durante o exame, o aparelho irá rastrear a frequência cardíaca e a pressão arterial do indivíduo antes, durante e após o esforço físico.

## Horário de comparecimento

- Chegar 30min antes do horário agendado.

## Medicação Pré-exame

- **Três dias antes do exame:** suspender o uso dos medicamentos Atenolol, Metoprolol, Bisoprolol, Propanolol, Nebivolol, Carvedilol, Diltiazem, Verapamil, Anlodipino e Nifedipino. Porém, se o seu médico orientou manter a medicação, seguir as instruções por ele recomendadas.
- **Na véspera do exame:** suspender Sustrate, Propatilnitrato, Monocordil, Isordil, Mononitrato de lossorbida e Dinitrato de lossorbida. Seguir orientações do seu médico caso ele tenha indicado não suspendê-los.

## Dieta

- É necessário realizar uma refeição leve ou um lanche natural até 30min antes do exame. O teste não deve ser realizado em jejum.
- Não tomar bebida alcoólica, café preto, chá (preto e mate) e estimulantes 24 horas antes do exame.

## Vestimenta

- Usar roupas confortáveis e tênis para o exercício físico. O exame não pode ser realizado descalço ou com outro calçado.
- Pacientes do sexo feminino devem usar top de ginástica com tiras finas ou sutiã adequado. O tórax deve ficar exposto durante a realização do exame.

## Higiene

- Tomar banho apenas com sabonete e não utilizar cremes ou óleos hidratantes.
- Pacientes do sexo masculino devem depilar toda a região do tórax anterior e abdome antes de realizar o exame para a fixação dos eletrodos e, conseqüentemente, melhor qualidade do exame.

# Teste Ergométrico/Teste de Esforço

---

## ⚠ Outras Orientações

---

- Não fumar no dia do exame.
- Não praticar exercícios físicos 24 horas antes do exame.

# Ultrassonografia

## O que é o exame

• É um exame que utiliza ondas sonoras de alta frequência para formar imagens do corpo humano. Muito utilizado durante o pré-natal, o ultrassom ajuda o médico avaliar as estruturas de partes moles do corpo. No Norden há disponibilidade para a análise de abdômen total, abdômen superior e órgãos superficiais (fígado, vesícula biliar, pâncreas, ductos biliares e veia porta), aparelho urinário, próstata, transvaginal e de mama.

## Como é realizado

• O paciente fica deitado em uma maca durante todo o exame. Primeiramente, o médico aplica gel condutor na região avaliada. Em seguida, desliza no local um pequeno aparelho chamado transdutor enquanto analisa e identifica as estruturas anatômicas em uma tela.

## Horário de comparecimento

• Chegar no Norden Hospital com 20min de antecedência.

## Dieta

• **Para ultrassom de abdômen total:** se for realizado pela manhã, fazer jejum de 8 horas; se for pela tarde, jejum de 6 horas. Em ambos os casos, tomar de 4 a 6 copos de água antes do exame (bexiga deve estar cheia).

• **Para ultrassom de abdômen superior e órgãos superficiais:** se for realizado pela manhã, fazer jejum de 8 horas; se for pela tarde, jejum de 6 horas.

• **Ultrassom de aparelho urinário ou ultrassom de próstata:** tomar de 4 a 6 copos de água antes do exame (bexiga deve estar cheia).

## Outras Orientações

• Caso a menstruação esteja com fluxo muito intenso, remarcar o exame de ultrassom transvaginal.

• Se o ultrassom de mama for complementar à mamografia, é obrigatório levar este e outros exames anteriores no dia da ultrassonografia. Caso contrário, o exame não será realizado.

# **NORDEN** HOSPITAL

Responsável Técnico: Dr. Antonio Carlos Pinotti | CRM/SP 44.539