



## Guia Preparativo para Exames Complementares

# Índice

Atenção às orientações contidas neste guia .....	2
2,5-hexanodiona, dosagem na urina .....	2
Ácido Hipúrico .....	3
Ácido Mandélico - Urina (AMA) .....	3
Ácido Metil Hipúrico (AMH) .....	3
Ácido Transmucônico Pós-Jornada (ACB) .....	3
Acuidade Visual .....	4
Audiometria Ocupacional.....	4
Bilirrubinas .....	4
Bilirrubinas Total e Frações .....	5
Coprocultura (CUP) .....	5
Cromo Urina (CDU).....	5
Chumbo Urina .....	5
Creatinina(CRE) .....	6
Eletrcardiograma (ECG) .....	6
Eletrencefalograma (EEG) .....	6
Espirometria / Prova de Função Pulmonar .....	7
Fenol - Urina (FEU) .....	7
Gama GT (GGT).....	7
Glicemia em Jejum .....	8
Hemograma completo.....	8
Micológico de Unha (FUN).....	8
Níquel(NIQ).....	8
Orto Cresol Urinário .....	9
PPF - Protoparasitológico de Fezes (PA1) .....	9
Uréia (URE) .....	9
Urina I (URI) .....	9
TGO (TGO).....	10
TGP (TGP) .....	10
Zinco Protoporfirina .....	10
Raio X Tórax PA .....	10
Raio X Tórax PA (Laudo OIT).....	11
Toxicológico .....	11
Exame Clínico.....	12

## Atenção às orientações contidas neste guia

Antes de seguirmos para os detalhes de cada exame, precisamos de uma parceria rápida. As orientações que você vai ler a seguir não são apenas formalidades, elas são o que garante que o seu resultado seja fiel à sua saúde atual.

Quando um preparo é ignorado, como um tempo de jejum incorreto ou a falta de repouso auditivo, o risco de o exame apresentar uma alteração inexistente é alto. Isso acaba gerando a necessidade de uma nova coleta, o que significa perda de tempo para você e retrabalho para a sua empresa.

Preparamos este manual de forma bem simples e sem termos complicados, para que você saiba exatamente o que fazer. Seguindo esses passos, a gente garante um atendimento fluido, resultados precisos e, acima de tudo, o cuidado correto com o seu bem-estar aqui na RB Medicina.

## 2,5-hexanodiona, dosagem na urina

### O que fazer:

- ✓ Estar 2 horas sem urinar;
- ✓ Estar pelo menos 24 horas sem ingerir bebidas alcoólicas;
- ✓ Para mulheres, não realizar teste durante o período menstrual;
- ✓ É necessária a coleta de dois (02) frascos de 70ml cada, completos com as amostras de urina;
- ✓ Preencher o Termo de Compromisso.

## Ácido Hipúrico

### O que fazer:

- ✓ Não usar pomadas, talcos ou cremes na região genital desde a véspera do exame;
- ✓ Para as mulheres, recomendamos que não façam o teste durante o período menstrual;
- ✓ Coleta no laboratório.

## Ácido Mandélico - Urina (AMA)

### O que fazer:

- ✓ Estar 2 horas sem urinar;
- ✓ Estar pelo menos 24 horas sem ingerir bebidas alcoólicas;
- ✓ Para as mulheres, recomendamos que não façam o teste durante o período menstrual.
- ✓ Coleta no laboratório.

## Ácido Metil Hipúrico (AMH)

### O que fazer:

- ✓ Não usar pomadas, talcos ou cremes na região genital desde a véspera do exame;
- ✓ Para as mulheres, recomendamos que não façam o teste durante o período menstrual;
- ✓ Coleta no laboratório.

## Ácido Transmucônico Pós-Jornada (ACB)

### O que fazer:

- ✓ A coleta deverá ser realizada durante ou logo após a jornada de trabalho.

## Acuidade Visual

### O que fazer:

- ✓ É necessário trazer os óculos em uso (para perto e para longe) e se usuário de lentes de contato, deverá portá-las;
- ✓ Caso esteja com olho vermelho ou irritado não poderá realizar o exame.

## Audiometria Ocupacional

### O que fazer:

- ✓ Repouso auditivo de 14 horas, não se expondo a ruídos e aparelhos eletrônicos ruidosos;
- ✓ Não se expor a sons altos por período prolongado, como por exemplo: caixa acústica, fone de ouvido e barulho de motores automotivos ou industriais;
- ✓ Evitar fazer o exame se estiver resfriado, ter realizado mergulho em menos de 72 horas ou se estiver com dor de ouvido.

Os exames são realizados de acordo com os parâmetros de Portaria 19 disponibilizados pelo Ministério da Saúde e pelo Conselho Federal de Fonoaudiologia, que regulamentam exames audiométricos ocupacionais com repouso auditivo de 14 horas, uso adequado de Equipamento de Proteção Individual (EPI), em local com nível de ruído que não ultrapasse as 40dBs e uso de cabine acústica e audiômetro devidamente calibrados.

## Bilirrubinas

### O que fazer:

- ✓ Evitar consumo de álcool nas 24 horas anteriores;
- ✓ Não realizar esforço físico 12 horas antes da coleta do exame;
- ✓ Em lactentes, a coleta deve ser feita antes da próxima mamada.

## Bilirrubinas Total e Frações

### O que fazer:

- ✓ Evitar consumo de álcool nas 24 horas anteriores;
- ✓ Não realizar esforço físico 12 horas antes da coleta do exame;
- ✓ Em lactentes, a coleta deve ser feita antes da próxima mamada.

## Coprocultura (CUP)

### O que fazer:

- ✓ Suspende antibióticos, se possível, por **7 dias antes da coleta**
- ✓ Realizar a coleta em **frasco estéril adequado**
- ✓ Coletar pequena quantidade de fezes e transferir para o frasco;
- ✓ Manter o material **refrigerado** após a coleta
- ✓ Entregar ao laboratório em até **24 horas**

## Cromo Urina (CDU)

### O que fazer:

- ✓ Estar 4 horas sem urinar;
- ✓ Não colher no ocal de trabalho.

## Chumbo Urina

### O que fazer:

- ✓ Antes da coleta, deve ser feita rigorosa higiene das mãos;
- ✓ A coleta deverá ser realizada durante ou logo após a jornada de trabalho.

- ✓ Estar 2 horas sem urinar;
- ✓ Não usar pomadas, talcos ou cremes na região genital desde a véspera do exame;
- ✓ Para as mulheres, recomendamos que não façam o teste durante o período menstrual;

## Creatinina(CRE)

### O que fazer:

- ✓ Não realizar esforço físico 12 horas antes da coleta do exame;
- ✓ Realizar jejum mínimo de 8 horas e máximo de 10 horas.

## Eletrocardiograma (ECG)

### O que fazer:

- ✓ Evitar o uso de creme, de aerosol na região do tórax e peças metálicas;
- ✓ Recomenda-se o uso de roupas confortáveis, que possam ser abertas na região do tórax;
- ✓ Recomenda-se para mulheres o uso de top ou sutiã sem arame metálico.

## Eletroencefalograma (EEG)

### O que fazer:

- ✓ Os cabelos precisam estar lavados e secos para a realização do exame;
- ✓ Não aplicar gel, laquê, cremes ou mousse nos cabelos;
- ✓ Trazer toalha de mão ou rosto.

## Espirometria / Prova de Função Pulmonar

### O que fazer:

- ✓ Não fumar cigarro ou outros inalantes duas horas antes de sua realização;
- ✓ Evitar o consumo de café, chá, refrigerantes e bebidas alcoólicas nas seis horas que antecedem o exame;
- ✓ Não comer chocolate nas seis horas que antecedem o exame;
- ✓ Faça uma alimentação leve, pois o procedimento exige esforço para realizar as manobras de sopro;
- ✓ Não use bombinhas de asma (broncodilatadores), a menos que seja uma emergência médica;
- ✓ Não precisa estar em jejum.

## Fenol - Urina (FEU)

### O que fazer:

- ✓ Antes da coleta, deve ser feita rigorosa higiene das mãos;
- ✓ Não usar a vestimenta usual de trabalho ao coletar este exame.

## Gama GT (GGT)

### O que fazer:

- ✓ Evitar consumo de álcool nas 72 horas anteriores;
- ✓ Informe medicamentos em uso (anticoncepcionais, anticonvulsivantes, anticoagulantes, antidepressivos, etc.).

## Glicemia em Jejum

### O que fazer:

- ✓ Recomenda-se 8 horas de jejum.

## Hemograma completo

### O que fazer:

- ✓ Não realizar esforço físico 12 horas antes da coleta do exame;

## Micológico de Unha (FUN)

### O que fazer:

- ✓ Evitar medicamentos tópicos nos três dias que antecedem o exame. Caso não possa suspender o tratamento, precisa informar a RB Medicina Especializada as medicações usadas nesse período;
- ✓ A administração de antifúngicos não impede a realização do exame, mas, em algumas situações, pode interferir no resultado;
- ✓ Em coletas em unhas, é necessário remover eventual esmalte um dia antes do exame. Além disso, as unhas não devem ser cortadas.

## Níquel(NIQ)

### O que fazer:

- ✓ Colher urina pré-jornada;
- ✓ Para as mulheres, recomendamos que não façam o teste durante o período menstrual;
- ✓ Coleta no laboratório.

## Orto Cresol Urinário

### O que fazer:

- ✓ Colher ao final da jornada de trabalho;
- ✓ Lavar as mãos antes de colher;
- ✓ Estar 4 horas sem urinar;
- ✓ Fazer higiene da genitália com água e sabão, secar, desprezar o 1º jato de urina, coletar o jato médio em frasco próprio.

## PPF - Protoparasitológico de Fezes (PA1)

### O que fazer:

- ✓ Realizar a coleta em **frasco estéril adequado**
- ✓ Coletar pequena quantidade de fezes e transferir para o frasco;
- ✓ Manter o material **refrigerado** após a coleta
- ✓ Entregar ao laboratório em até **24 horas**

## Uréia (URE)

### O que fazer:

- ✓ Não realizar esforço físico 12 horas antes da coleta do exame;
- ✓ Recomenda-se jejum mínimo de 8 horas e máximo de 10 horas.

## Urina I (URI)

### O que fazer:

- ✓ Recomenda-se colher a primeira urina da manhã ou, estar 2 horas sem urinar;
- ✓ Deverá ser feita a higienização nos órgãos genitais antes da coleta;

- ✓ Desprezar o primeiro jato urinário para limpeza da uretra e colher o jato médio até 3/4 do frasco.

## TGO (TGO)

### O que fazer:

- ✓ Não realizar esforço físico 12 horas antes da coleta do exame;
- ✓ Informe medicamentos em uso (anticoncepcionais, anticonvulsivantes, anticoagulantes, antidepressivos, etc.).

## TGP (TGP)

### O que fazer:

- ✓ Não realizar esforço físico 12 horas antes da coleta do exame;
- ✓ Informe medicamentos em uso (anticoncepcionais, anticonvulsivantes, anticoagulantes, antidepressivos, etc.).

## Zinco Protoporfirina

### O que fazer:

- ✓ Não realizar esforço físico 12 horas antes da coleta do exame;

## Raio X Tórax PA

### NÃO realizar o exame:

- ✓ Mulheres grávidas ou com atraso menstrual ou incerteza em relação a gravidez.

## O que fazer:

- ✓ Confirmar a ausência de gravidez (esperar a menstruação ou procurar o seu médico).

## Raio X Tórax PA (Laudo OIT)

### NÃO realizar o exame:

- ✓ Mulheres grávidas ou com atraso menstrual ou incerteza em relação a gravidez.

## O que fazer:

- ✓ Confirmar a ausência de gravidez (esperar a menstruação ou procurar o seu médico).

## TOXICOLÓGICO

## Toxicológico

A Lei n. 13.103/2015 exige a realização dos exames toxicológicos, tanto para obtenção/revalidação de CNHs (tipos C, D e E), quanto para exames admissionais e demissionais.

## O que fazer:

- ✓ Deverá apresentar a CNH no momento do cadastro;
- ✓ Informar se realizou tratamento químico em pelos ou cabelos. O tratamento químico não interfere na coleta ou no resultado do exame.

## EXAME CLÍNICO

# Exame Clínico

### O que fazer:

- ✓ Apresentar pareceres médicos e resultados de exames anteriores ALTERADOS.



[www.rbmedicina.com.br](http://www.rbmedicina.com.br)

Tels: (11) 2359-4595 | (11) 2061-8235 | (11) 99322-3311

R. Salvador Simões, 1077 - Ipiranga, São Paulo - SP, 04276-000