HOSPITAL MILITAR

Indicaciones Generales para el Paciente antes de los Exámenes Médicos

1. **Ayuno (si es necesario)**:
    - Muchos exámenes, especialmente los relacionados con análisis de sangre, requieren que el paciente esté en ayuno, es decir, que no ingiera alimentos ni bebidas (excepto agua) durante un período determinado antes del examen. Generalmente, esto es entre **8 a 12 horas** antes del examen.
2. **Evitar ciertos medicamentos**:
    - En algunos casos, se puede recomendar que el paciente evite tomar ciertos medicamentos antes del examen, ya que pueden interferir con los resultados. Esto incluye medicamentos como **aspirinas**, **anticoagulantes** o **suplementos de hierro**. Es importante que el paciente consulte con su médico antes de suspender cualquier medicamento.
3. **Hidratación adecuada**:
    - Para ciertos estudios como análisis de sangre o de orina, se puede recomendar una hidratación adecuada. Sin embargo, para otros exámenes, como la ecografía abdominal, el paciente podría necesitar un estómago vacío y no debe beber líquidos.
4. **Ropa adecuada**:
    - El paciente debe usar ropa cómoda que permita el acceso fácil al área que será evaluada (por ejemplo, una camisa de manga corta para análisis de sangre). También, si se requiere un examen de imagen (rayos X, ecografía, etc.), se puede pedir que se cambie a una bata médica.
5. **Informe de condiciones previas**:
    - El paciente debe informar al médico sobre cualquier condición preexistente, como **alergias**, **embarazo**, o **problemas renales**, ya que algunos exámenes (como los de contraste o radiografías) pueden ser riesgosos en ciertas condiciones.
6. **No usar cosméticos o lociones**:
    - Para ciertos exámenes (por ejemplo, mamografías, ecografías, y otros estudios de imagen), se recomienda que el paciente no use cosméticos, cremas, lociones o desodorantes, ya que pueden interferir con la calidad de las imágenes.

Preparación para Exámenes Comunes

1. Análisis de Sangre

- **Indicaciones**: Generalmente se requieren para evaluar la salud general, detectar enfermedades, infecciones, etc.

- **Preparación**:
    - Ayuno de **8 a 12 horas** antes de la extracción de sangre.
    - Beber solo **agua** (si el examen requiere ayuno).
    - Informar al médico sobre medicamentos que el paciente esté tomando, ya que algunos pueden alterar los resultados.

2. Análisis de Orina

- **Indicaciones**: Para detectar infecciones, problemas renales, diabetes, etc.
- **Preparación**:
    - Generalmente, no se requiere ayuno, pero se debe **evitar** la recolección durante el período menstrual si es posible.
    - La muestra debe ser de **orina media** (es decir, no la primera parte de la micción, sino el flujo intermedio).
    - Para un examen de **orina de 24 horas**, el paciente debe recolectar todas las muestras de orina durante un periodo de 24 horas en un recipiente especial proporcionado por el laboratorio.

3. Ecografía Abdominal

- **Indicaciones**: Para visualizar los órganos internos (hígado, riñones, páncreas, vesícula biliar).
- **Preparación**:
    - **Ayuno de 6 a 8 horas** antes del examen.
    - Beber un poco de agua antes de la ecografía si se va a evaluar la vejiga.
    - No usar cremas ni lociones en el área abdominal.

4. Mamografía

- **Indicaciones**: Para la detección temprana de cáncer de mama.
- **Preparación**:
    - Evitar el uso de **desodorante** o **talco** en las axilas el día del examen, ya que pueden interferir con las imágenes.
    - Se recomienda realizar la mamografía **después de la menstruación** para reducir la sensibilidad en los senos.

5. Radiografía o Rayos X

- **Indicaciones**: Para evaluar fracturas óseas, infecciones pulmonares, problemas cardíacos, etc.
- **Preparación**:
    - No se requiere ayuno en la mayoría de los casos.

- El paciente debe **informar** si está embarazada, ya que la radiación puede ser perjudicial durante el embarazo.
- Es posible que se le pida que se cambie a una bata médica dependiendo del área que se va a estudiar.

6. Tomografía Computarizada (TAC)

- **Indicaciones**: Para obtener imágenes detalladas de los órganos y estructuras internas.
- **Preparación**:
  - Puede requerir ayuno, especialmente si se utiliza **contraste** intravenoso.
  - Es importante informar sobre **alergias** al medio de contraste (yodo).
  - En algunos casos, el paciente debe beber un líquido especial para preparar el sistema digestivo antes del examen.

7. Resonancia Magnética (RM)

- **Indicaciones**: Para obtener imágenes detalladas de los órganos blandos, el cerebro, la columna vertebral, etc.
- **Preparación**:
  - No se requiere ayuno generalmente.
  - Se le pedirá al paciente que se quite **joyas** y otros objetos metálicos antes del examen.
  - Si se utiliza **contraste**, es importante informar si el paciente tiene problemas renales o alergias al material de contraste.

8. Prueba de Esfuerzo (Prueba de Ejercicio)

- **Indicaciones**: Para evaluar la función cardíaca durante el ejercicio y detectar posibles problemas cardíacos.
- **Preparación**:
  - Evitar alimentos pesados, cafeína o bebidas con cafeína al menos **4 horas** antes de la prueba.
  - Usar ropa deportiva cómoda y zapatos adecuados para caminar o correr.

9. Electrocardiograma (ECG o EKG)

- **Indicaciones**: Para evaluar la actividad eléctrica del corazón y detectar ritmos anormales.
- **Preparación**:
  - No se requiere ayuno ni preparación especial.
  - Se debe evitar el uso de cremas o lociones en el área donde se colocarán los electrodos.

10. Colonoscopia

- **Indicaciones**: Para examinar el colon y detectar posibles cánceres, pólipos u otras afecciones.
- **Preparación**:
    - El paciente debe seguir una dieta líquida en los días previos al examen.
    - Se requiere **lavado intestinal** mediante la ingestión de un laxante potente para limpiar el colon antes del examen.
    - No debe comer alimentos sólidos 24 horas antes de la colonoscopia.