

## **Preparación previa para realizar una Evaluación Preventiva de Salud:**

### **Para los turnos de la mañana:**

- Haber hecho 8 horas de ayuno (se puede tomar agua libremente y la medicación habitual excepto la medicación tiroidea).
- Traer la primera orina de la mañana.
- Beber dos vasos de agua antes de concurrir, para la ecografía abdominal (en caso que corresponda).
- Vestir ropa deportiva o cómoda para realizar la prueba de esfuerzo.

### **Para los turnos de la tarde:**

- Haber hecho 8 horas de ayuno (se puede tomar agua libremente y la medicación habitual excepto la medicación tiroidea)
- Opcional: tomar un desayuno liviano 8 horas antes del turno (infusiones, jugos de fruta, fruta, cereales, tostadas con queso light, leche descremada); luego quedar en ayunas (se puede tomar agua libremente).
- Traer una muestra de orina del día; puede ser la primera del día o bien cualquier otra con una retención mínima de orina de tres horas.
- Beber dos vasos de agua antes de concurrir, para la ecografía abdominal (en caso que corresponda).
- Vestir ropa deportiva o cómoda para realizar la prueba de esfuerzo