



**PROGRAMA DE CHECK-UP EXECUTIVO
HOSPITAL ALEMÃO OSWALDO CRUZ**



OSWALDO CRUZ

CENTRO DE **CHECK-UP**

**PROGRAMA DE CHECK-UP EXECUTIVO
HOSPITAL ALEMÃO OSWALDO CRUZ**

Expediente

EDIÇÃO

Hospital Alemão Oswaldo Cruz

PUBLICAÇÃO

Agosto 2024

PROJETO GRÁFICO/EDIÇÃO

Diretoria de Marketing e Relacionamento do
Hospital Alemão Oswaldo Cruz

Abaixo seguem algumas orientações para que você tenha uma ótima experiência em seu Check-up.

Preparando-se para o Check-up:

Compareça ao local do check-up no dia e horário previamente agendados. O tempo para a realização dos exames e consultas é de aproximadamente 5 horas.

Localização:

Unidade Campo Belo

Avenida Vereador José Diniz, 3457 - Sobreloja

Estacionamento:

Gratuito com manobrista durante o Check-up.

Observação: se você estiver com febre, sintomas gripais, infecções agudas, lesões agudas na coluna ou membros, em período menstrual ou gestacional, diarreia, vômito ou enxaqueca, entre em contato com nossa central de agendamento para reagendar seu exame.



ORIENTAÇÕES GERAIS:

72 HORAS ANTES DO SEU CHECK UP

- Evite a ingestão de bebidas alcoólicas, pois podem alterar os resultados dos exames bioquímicos (sangue).

24 HORAS ANTES DO SEU CHECK UP

- Realize o Check In e preencha os questionários de nutrição, saúde emocional e hábitos de vida em nosso site ou app “Meu Oswaldo”.

- Mantenha sua alimentação habitual até às 22h. Após esse horário, faça jejum de 8 a 14 horas.
- A ingestão de água é permitida após às 22h. Após a coleta de sangue e a realização do ultrassom de abdome, você terá um delicioso desjejum completo.
- Não suspenda a medicação, exceto se houver recomendação médica. Traga sua medicação para ser tomada após a coleta de sangue.
- Traga sua carteira de vacinação física ou digital para avaliação do estado vacinal.
- Não fume no dia do exame.

NO DIA DO SEU CHECK UP

- Use roupas e calçados confortáveis (shorts, agasalho esportivo, tênis ou sapato com solado de borracha).
- A temperatura ambiente será de aproximadamente 22°C. Traga um agasalho leve, se desejar.
- Use óculos de grau em vez de lentes de contato.
- Evite utilizar: creme hidratante para o corpo, perfumes, esmalte nas unhas e maquiagem para não prejudicar o exame dermatológico.
- Nossa unidade possui vestiários com armários, chuveiros e kit para banho (toalhas, xampu, sabonete).

ORIENTAÇÕES ESPECÍFICAS PARA COLETA DE EXAMES LABORATORIAIS

- Jejum: Mínimo de 8 horas e máximo de 14 horas.

PARA EXAME DE PSA (HOMENS ACIMA DE 40 ANOS):

- Não ejacular 48 horas antes da coleta.
- Não andar de bicicleta, motocicleta ou cavalo 48 horas antes da coleta.
- Não usar supositório, sonda uretral ou realizar toque retal nos últimos 3 dias.
- Não fazer cistoscopia nos últimos 5 dias.
- Não fazer ultrassom transretal ou ter relação anal nos últimos 7 dias.
- Não realizar colonoscopia ou retossigmoidectomia nos últimos 15 dias.
- Não realizar estudo urodinâmico nos últimos 21 dias.
- Não realizar biópsia de próstata nos últimos 30 dias.
- Nos casos de prostatectomia total, não é necessário o preparo. Informe se está em tratamento prostático e/ou das vias urinárias.



INSTRUÇÕES PARA COLETA DE MATERIAL

COLETA DE URINA

- Coletar, preferencialmente, a primeira urina do dia. Se não for possível, coletar após 2 horas sem urinar.
- Faça a higiene genital com água e sabonete, despreze o primeiro jato e colete a porção intermediária até atingir a marcação de 20 ml do frasco. Despreze o jato final.
- Identifique o frasco com seu nome completo.

COLETA DE FEZES

- Retire o kit de coleta na Unidade Campo Belo com instruções, questionários e frascos.
- Caso não possa comparecer previamente, o kit pode ser retirado e a amostra coletada no dia do Check Up.
- Não colete durante o período menstrual ou com sangramento de hemorroidas. Aguarde 48 horas após o sangramento ter cessado.
- Entregue o material em até 2 horas (temperatura ambiente) ou até 12 horas (refrigerado).
- Coletar diretamente no frasco grande com lacre, sem contaminação pela urina. Use a colher fornecida para transferir parte das fezes para o frasco com conservante.
- Identifique os frascos com seu nome completo e coloque-os no saco plástico.

EXAME GINECOLÓGICO

- Realize a higiene íntima habitual externamente.
- Nas 48 horas anteriores ao exame, não use creme ou óvulo vaginal, ducha interna, não realize exame ginecológico com toque, ultrassonografia transvaginal, ressonância magnética da pelve ou relações sexuais.

Observação: O ideal é não fazer o exame durante a menstruação.

MAMOGRAFIA

- Traga o último resultado de mamografia, se já realizado.
- No dia do exame, não use talco, desodorante ou creme nas mamas e axilas.

TESTE ERGOMÉTRICO E ECOCARDIOGRAMA

- Não use cremes, pomadas, bronzeadores ou substâncias oleosas na pele do tórax 24h antes do exame.
- Portadores de marcapasso devem trazer a cópia da carteirinha do equipamento.
- Limite de peso para realizar o teste ergométrico: 140 kg.

AUDIOMETRIA/IMPEDANCIOMETRIA

- O teste não será realizado se houver dor ou obstrução do ouvido por cera ou secreção no dia do exame.

IMPORTANTE:

- Nossa equipe médica não transcreve pedidos de exames de outros profissionais.
- Dispomos de uma célula presencial para agendamento de exames e consultas no dia do Check Up.

VANTAGENS EXCLUSIVAS PARA CLIENTES DO CHECK UP

- Agenda prioritária para consultas e exames.
- Acompanhamento com concierge em caso de internação hospitalar.
- Internação em andares VIPs, se possível, conforme o motivo da internação.
 - Quarto de internação diferenciado.



Unidade Paulista

Rua Treze de Maio, 1815 – Bela Vista
CEP: 01327-001 – São Paulo – SP

Unidade Campo Belo

Av. Vereador José Diniz, 3.457 – Campo Belo
CEP: 01327-001 – São Paulo – SP

Tel.: (11) 3549-1000

www.hospitaloswaldocruz.org.br

 /HospitalAlemaoOswaldoCruz



OSWALDO CRUZ
CENTRO DE **CHECK-UP**