

	SMEL LAdV Módulo	Código STD MD11-1
		Fecha 28 octubre 2021
		Página 1 de 1

Preparación de los usuarios para los exámenes

Toma de muestras de sangre venosa. Indicaciones generales:

Antes de tomar cualquier muestra de sangre, es importante prestar atención a unas pequeñas pero importantes reglas para que el análisis de sangre sea lo más correcto posible. Factores como el **ayuno**, la **dieta**, la **ingesta de medicamentos**, el **ejercicio**, la **postura**, pueden influir en mayor o menor medida en el éxito del análisis. He aquí, pues, algunos consejos sencillos para simplificar y facilitar el funcionamiento del análisis y el análisis de sangre:

- **AYUNO:** Existe unanimidad en que el paciente debe acudir al análisis de sangre en ayunas de al menos 8-12 horas. Durante este periodo sólo se pueden tomar cantidades moderadas de agua y deben excluirse absolutamente las bebidas azucaradas, el alcohol, el café y el tabaco. De hecho, estas sustancias pueden hacer que casi todas las determinaciones hematoquímicas sean inexactas o incluso imposibles.
- **DIETA:** En los días previos a la toma de muestras, la dieta debe ser lo más habitual posible, evitando cambios bruscos en la ingesta calórica por exceso o por defecto. Tras la reducción drástica de la ingesta calórica (300/600 calorías/día), de hecho, se constató una disminución del 30% del volumen plasmático. Esta alteración induce cambios rápidos en la sangre que los análisis revelan. La dieta también debe ser de calidad habitual, es decir, con una ingesta de hidratos de carbono, proteínas y grasas que siga la dieta personal normal.
- **FÁRMACOS:** Existen numerosos estudios sobre el efecto de los fármacos en las pruebas de laboratorio. Las interferencias pueden producirse directa o indirectamente a nivel analítico. En el primer caso, no siempre son predecibles en su magnitud debido a una amplia gama de variables individuales que determinan la absorción, el metabolismo y la eliminación del fármaco. No se conocen suficientemente los efectos secundarios de todos los fármacos comercializados, ni se analizan e indican las posibles interferencias analíticas. La preparación más correcta del paciente para los exámenes hematoquímicos debe incluir la ausencia absoluta y más prolongada de cualquier tratamiento farmacológico. Esta regla debe observarse sin excepción en el caso del cribado o la elaboración de perfiles metabólicos en personas sanas y sujetos asintomáticos.
- **EJERCICIO FÍSICO:** Es de esperar que se produzcan cambios en las actividades enzimáticas y en determinados analitos de los músculos esqueléticos como resultado de un ejercicio intenso y prolongado, por lo que generalmente deben evitarse inmediatamente antes de la toma de muestras o en las 8-12 horas anteriores a la misma. Esta regla debe observarse absolutamente en el caso del análisis de orina para la determinación del aclaramiento de creatinina.
- **FUMAR:** Fumar tabaco provoca cambios transitorios y/o estables en muchos analitos. Por ejemplo, una hora después de fumar de uno a cinco cigarrillos, se produce una elevación de la concentración sanguínea de ácidos grasos, glicerol libre, aldosterona, cortisol, etc. La magnitud de estos cambios depende principalmente de la edad y del método de consumo (cigarrillo, puro, pipa). Por lo tanto, es aconsejable abstenerse de fumar durante al menos diez horas antes de tomar la muestra de sangre.

Para obtener información y aclaraciones sobre la preparación para la toma de la muestra, el paciente puede ponerse en contacto con el personal de secretaría por teléfono o acudiendo personalmente al laboratorio.