



PREPARACION PARA TELEMETRIA

Para garantizar la calidad del estudio, por favor siga cuidadosamente las siguientes indicaciones:

⌚ Preparación del sueño

- La noche anterior al examen, acuéstese a las 11:00 p.m. y despierte a las 2:00 a.m.
- No dormir hasta que se le indique.
- 😴 En niños menores de 7 años, el trasnocho debe ser más corto: acuéstelos a las 11:00 p.m. y despiértelos a las 4:00 a.m.

🥤🍔 Alimentación

- 24 horas antes del examen, evite alimentos con alto contenido en grasas y bebidas negras (como gaseosa o café/tinto).
- 🚫 Importante: De acuerdo con el horario asignado para su examen, es necesario que desayune o cene previamente, según corresponda.

🧴 Higiene personal

- Lávese el cabello con jabón azul (tipo Rey), traiga el cabello seco y no aplique cremas, Champú ni geles.
- Traiga pijama.
- Traiga sus implementos de aseo personal: toalla, champú, jabón, crema, cepillo de dientes.

📄 Documentos y medicamentos

- Traer Historia clínica -Orden médica
- Traiga y NO suspenda sus medicamentos formulados, a menos que la orden médica o historia clínica indique explícitamente lo contrario.

🍽️ Alimentación durante el examen

- El estudio no incluye alimentación, por lo tanto, puede traer su comida.
- Contamos con horno microondas para calentar.

👤 Acompañantes

- Solo debe venir con acompañante si:
- Es menor de 18 años
- Es mayor de 65 años
- O si su condición clínica lo requiere