

## **CORTISOL SALIVAL:**

Solicitar al laboratorio los recipientes necesarios para la recolección de la(s) muestra(s).

La recolección de saliva se hará en una o dos oportunidades, a las 8:00 de la mañana y/o a las 23:00, según lo indique su médico.

En cualquier caso es necesario respetar las indicaciones siguientes para obtener la muestra:

1. No realizar actividad física de esfuerzo en las 12 horas previas, y permanecer en reposo desde 2 horas antes.
2. Desde 8 horas antes no tomar mate, té, café o alcohol y desde 3 horas antes no ingerir ningún alimento sólido o líquido. Cepillarse los dientes como lo hace habitualmente después de la última ingesta de alimentos.
3. Antes de recoger la saliva enjuagar la boca con buches de agua, sin cepillarse nuevamente. No realice la recolección si tiene heridas bucales sangrantes (encías, etc).
4. A la hora correspondiente recolecte la muestra de saliva (cantidad equivalente a dos cucharadas de té sin espuma).
5. Lleve la muestra al laboratorio o si es nocturna, consérvela en la heladera (no congelar) hasta su entrega.
6. Informar al laboratorio si recibe medicación para disminuir los niveles de colesterol y/o triglicéridos (lípidos)