

Orientações de coleta

Vamos iniciar esta jornada e explorar juntos o seu microbioma intestinal?



Pré-coleta

⚠ Antes de coletar a sua amostra de fezes, é importante saber que:

- Após a coleta, as amostras devem ser enviadas para o laboratório em até **2 dias**.
- Você deve fazer a coleta de **fezes sólidas recém-emitidas**. O exame não deve ser realizado em fezes líquidas, pois poderá prejudicar a quantificação da calprotectina.
- Anti-inflamatórios não esteroidais, anticoagulantes, medicamentos contendo ácido acetilsalicílico podem interferir no resultado. Avalie com seu médico a suspensão do uso por pelo menos 48h antes da coleta.
- Evite ingerir bebidas alcoólicas em excesso por pelo menos 48h antes da coleta.
- Não realize a coleta durante o período menstrual ou quando houver sangramento de hemorroidas.
- Se tiver realizado exames radiológicos com contraste por via oral ou colonoscopia com laxantes deve aguardar pelo menos 72 horas para coletar as fezes.
- Você não precisa realizar qualquer dieta especial.
- Mantenha a sua rotina de hábitos alimentares nos dias que antecedem a coleta, exceto por orientação do médico ou nutricionista.
- A coleta pode ser realizada em qualquer horário.
- As fezes devem ser coletadas sem contato com água ou urina. Então, urine e lave bem as mãos antes de iniciar a coleta.

1

Coleta

Chegou a hora da coleta! Leve a caixa de coleta para o banheiro e siga o passo a passo.

Itens da CAIXA DE COLETA:



⚠ **IMPORTANTE:** caso aconteça algo de errado, não se preocupe. Entre em contato com o laboratório e solicite um novo kit de coleta.



Preencha de maneira legível as 3 etiquetas com seu nome e data de nascimento. Em seguida, cole as etiquetas nos tubos de coleta 1, 2 e 3, no lado oposto do código de barras.

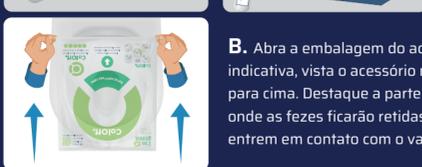


Anote o código da amostra no cartão.

COLETA DO TUBO 1



A. Insira o tubo coletor 1 no local indicado na caixa de coleta e deixe a tampa dele semiaberta.



B. Abra a embalagem do acessório plástico do vaso sanitário. Seguindo a seta indicativa, vista o acessório no assento do vaso sanitário com a marcação do furo para cima. Destaque a parte pontilhada para ter acesso ao interior do acessório, onde as fezes ficarão retidas. Esse acessório retém as fezes de forma que não entrem em contato com o vaso sanitário e a água.



C. Após vestir o acessório que irá reter as suas fezes, evacue e faça sua higiene normalmente.

ANTES DE REALIZAR OS PRÓXIMOS PASSOS, LAVE BEM AS MÃOS.



D. Abra a embalagem do swab pelo cabo e segure a extremidade do cabo, longe da cabeça do swab. Cuidado para não encostar a cabeça do swab em nenhuma superfície antes da coleta. Faça a coleta introduzindo o swab nas fezes recém emitidas, o suficiente para deixá-lo levemente sujo.



F. O swab não deve ser utilizado como uma espátula. Não colete grande quantidade ou fragmentos de fezes.

CUIDADO: se você coletar fezes em excesso, a sua amostra será rejeitada pelo laboratório.



F. Remova cuidadosamente o swab das fezes e imediatamente o insira no tubo coletor. Quebre o cabo do swab no ponto de quebra (utilize a parede do tubo para auxiliar na quebra).

⚠ **ATENÇÃO:**
• A cabeça do swab deve permanecer no tubo.
• É importante cuidar para não derramar a solução que está na solução garante a estabilidade da amostra. Sem ela a sua amostra será rejeitada pelo laboratório.
• Se você contaminar a parte externa do tubo com fezes, a sua amostra será rejeitada pelo laboratório.

COLETA DO TUBO 2



A. Segure firmemente o tubo coletor 2 na posição vertical e remova a tampa branca girando no sentido horário e puxando-a simultaneamente para cima.

CUIDADO: Não abra a extremidade azul.

⚠ **IMPORTANTE:** As ranhuras da haste devem ser completamente preenchidas com as fezes, insira a haste quantas vezes forem necessárias.



B. Insira a haste da tampa nas fezes e depois remova-a. Repita o procedimento em pelo menos 3 locais diferentes e até preencher completamente todas as ranhuras.



DICA: no caso de fezes muito ressecadas pode ser difícil preencher as ranhuras. Você pode transferir as fezes para o copo plástico e pressionar com movimentos rotatórios contra a parede.



C. Após preencher as ranhuras, coloque a haste no tubo coletor empurrando até ouvir 2 cliques e reserve.

COLETA DO TUBO 3



A. Segure o tubo coletor 3 na posição vertical e remova a tampa azul girando no sentido anti-horário.

CUIDADO: Não abra a extremidade branca



B. Insira a haste com as ranhuras nas fezes e depois remova-a. Repita o procedimento em 3 locais diferentes e com a maior distância possível. A quantidade de material fecal que fica aderida a haste é suficiente para a realização do teste.

C. Coloque a haste novamente no tubo coletor, feche bem e reserve.

PRONTO, AS SUAS AMOSTRAS ESTÃO COLETADAS!



D. Faça movimentos de inversão com os tubos 1, 2 e 3 por um minuto.



E. Certifique-se de ter anotado o código da amostra e insira os tubos 1, 2 e 3 no saquinho da amostra e mantenha em temperatura ambiente.



F. Descarte as fezes e o acessório plástico da seguinte forma: levante com cuidado o assento do vaso sanitário, puxando o acessório plástico para as fezes deslizarem para dentro do vaso sanitário. Remova o acessório do assento do vaso sanitário e descarte no lixo.

FINALIZADA A ETAPA DA COLETA! LAVE BEM AS MÃOS.

2

Envio

Prepare todos os itens que deverão ser enviados ao nosso laboratório

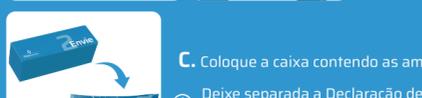
Itens da CAIXA DE ENVIO:



A. Após esvaziar a caixa, coloque o saquinho contendo os tubos 1, 2 e 3 na caixa de ENVIO e feche a caixa.

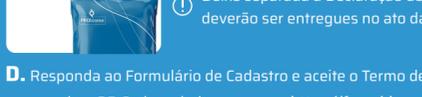


B. Preencha a etiqueta do envelope com os dados do remetente.



C. Coloque a caixa contendo as amostras coletadas dentro do envelope plástico de envio.

⚠ Deixe separada a Declaração de Conteúdo preenchida e a Logística Reversa. Elas deverão ser entregues no ato da postagem.



D. Responda ao Formulário de Cadastro e aceite o Termo de Consentimento acessando o QR Code ao lado ou acesse: <https://form.biome-hub.com>

LEMBRE-SE: Quanto mais detalhado for o preenchimento, mais personalizado será o seu resultado.



E. Antes de enviar, confira o checklist no cartão.



⚠ **IMPORTANTE:**
As amostras devem ser armazenadas em temperatura ambiente e protegidas da luz.
As amostras devem ser enviadas ao laboratório o mais rápido possível, em até 2 dias após a coleta.

Pronto, estamos aguardando sua amostra!

Se precisarmos de qualquer informação a mais ou encontrarmos algum problema, entraremos em contato imediatamente.

Fique atento ao seu e-mail e à caixa de spam.

A sua amostra será processada e analisada em nosso laboratório, com a elaboração de um laudo personalizado para você.