



## Orientações para exames periódicos

**INSTITUIÇÃO:** IFRS – INSTITUTO FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL

**LOTAÇÃO:** RIO GRANDE (RS)

### Classificação de exames por faixa etária:

| FAIXA ETÁRIA           | HOMENS  | MULHERES  |
|------------------------|---|---|
| <b>ATÉ 45 ANOS</b>     | <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Hemograma completo</li><li>➤ Glicemia</li><li>➤ Urina tipo I</li><li>➤ Creatinina</li><li>➤ Colesterol total</li><li>➤ Triglicerídeos</li><li>➤ TGO / TGP</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Hemograma completo</li><li>➤ Glicemia</li><li>➤ Urina tipo I</li><li>➤ Creatinina</li><li>➤ Colesterol total</li><li>➤ Triglicerídeos</li><li>➤ TGO / TGP</li><li>➤ Coleta de material cérvico-vaginal (papanicolau)</li></ul>  |
| <b>DE 45 A 50 ANOS</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Hemograma completo</li><li>➤ Glicemia</li><li>➤ Urina tipo I</li><li>➤ Creatinina</li><li>➤ Colesterol total</li><li>➤ Triglicerídeos</li><li>➤ TGO / TGP</li><li>➤ Avaliação oftalmológica</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Hemograma completo</li><li>➤ Glicemia</li><li>➤ Urina tipo I</li><li>➤ Creatinina</li><li>➤ Colesterol total</li><li>➤ Triglicerídeos</li><li>➤ TGO / TGP</li><li>➤ Coleta de material cérvico-vaginal (papanicolau)</li><li>➤ Avaliação oftalmológica</li></ul>  |
| <b>MAIS DE 50 ANOS</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Hemograma completo</li><li>➤ Glicemia</li><li>➤ Urina tipo I</li><li>➤ Creatinina</li><li>➤ Colesterol total</li><li>➤ Triglicerídeos</li><li>➤ TGO / TGP</li><li>➤ Avaliação oftalmológica</li><li>➤ Pesquisa de sangue oculto nas fezes</li><li>➤ PSA</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Hemograma completo</li><li>➤ Glicemia</li><li>➤ Urina tipo I</li><li>➤ Creatinina</li><li>➤ Colesterol total</li><li>➤ Triglicerídeos</li><li>➤ TGO / TGP</li><li>➤ Coleta de material cérvico-vaginal (papanicolau)</li><li>➤ Avaliação oftalmológica</li><li>➤ Pesquisa de sangue oculto nas fezes</li><li>➤ Mamografia</li></ul> |

## Locais a serem realizados os exames:

| EXAMES  | LOCAL   | OBSERVAÇÃO                                 |
|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Hemograma completo</li><li>➤ Glicemia</li><li>➤ Urina tipo I</li><li>➤ Creatinina</li><li>➤ Colesterol total</li><li>➤ Triglicerídeos</li><li>➤ TGO / TGP</li><li>➤ Pesquisa de sangue oculto nas fezes</li><li>➤ PSA</li></ul> | <p style="text-align: center;"><b>LABORATORIO LUNAV</b><br/>Rua Aquidaban 697, Centro, Rio Grande (RS)<br/>(53) 2125-5555</p>   | Não necessita de agendamento por telefone. |
| <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Avaliação oftalmológica</li></ul>   | <p style="text-align: center;"><b>DRA. BRUNA COSTA DO AMARAL</b><br/><b>CRM 35563</b><br/>Rua Benjamin Constant 255, Centro, Rio Grande (RS)<br/>Telefone: (53) 3232.8440</p> | Necessita de agendamento por telefone.     |
| <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Mamografia</li></ul>  | <p style="text-align: center;"><b>RADIOLOGIA BALLESTER</b><br/>Rua Marechal Floriano Peixoto 556, Centro, Rio Grande (RS)<br/>(53) 3231-5037</p>                              | Necessita de agendamento por telefone.     |
| <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Papanicolau (coleta + análise)</li></ul>  | <p style="text-align: center;"><b>CENTRO INTEGRADO DE PATOLOGIA RIO GRANDE</b><br/>Rua Aquidaban, nº 723, Centro, Rio Grande (RS)<br/>(53) 3231.1088</p>                      | Necessita de agendamento por telefone.     |
| <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Avaliação clínica</li></ul>   | <b>Agendar a avaliação clínica junto ao departamento pessoal da instituição.</b>  |  |

## Orientações gerais:

- ✓ Somente comparecer aos locais indicados com as guias de encaminhamento emitidas pelo sistema SIASS, em mãos;
- ✓ Os servidores deverão realizar todos os exames que competem a sua faixa etária e manter os resultados dos exames disponíveis para apresentar ao médico do trabalho no dia da avaliação clínica;

## Orientações para coletas:

### Sangue:

- Jejum absoluto de 12 horas.

### Urina:

- Deixar a urina na bexiga por pelo menos 2 horas;
- Fazer higiene prévia;
- Desprezar o primeiro jato e colher o jato médio;
- Fechar bem o frasco e entregar ao laboratório.

### Fezes: (pesquisa de sangue oculto)

- Exame por imunocromatografia, não necessita de dieta.
- Coletar uma pequena quantidade de fezes recente no frasco e fechar bem a tampa;
- Entregar ao laboratório.

**Papanicolau:**

- Não estar menstruada;
- Abstinência sexual de no mínimo 24h antes da coleta;
- Nas 48 horas que antecedem o exame não usar cremes, óvulos ou duchas vaginais.