

ANEXO I

INSTRUCCIONES PARA LA RECOGIDA DE MUESTRAS

CONDICIONES PREVIAS

- ✓ No se lave los dientes ni utilice ningún colutorio para enjugarse la boca.
- ✓ Elija un día para realizar la prueba que pueda ser puntual con los horarios de recogida

TOMA DE MUESTRAS

Para realizar la prueba **Valoración del estrés** son necesarias cuatro muestras de saliva con los siguientes horarios: **8, 12, 16 y 24 horas**.

Recogida de las muestras

1º Se debe tomar la muestra de las **8 de la mañana** antes de lavarse los dientes y de desayunar. Para la toma del resto de las muestras, debe enjuagarse la boca con agua 15 minutos antes y a partir de ese momento no debe ingerir nada (ni alimentos ni bebidas) hasta la toma de la muestra de saliva.

2º Destape el tubo correspondiente (1, 2, 3 o 4) según la hora. No retire el soporte de la torunda.

3º Coloque la torunda (el algodón) **directamente** en la boca, sin tocar con los dedos (inclinando el tubo para que la torunda caiga en la boca)

4º Mantenga la torunda en la boca durante aproximadamente **1 minuto**. Colóquela por debajo de la lengua o rótelas por la boca que absorba saliva. No mastique la torunda.

5º Coloque la torunda de nuevo en su envase **directamente** sin tocar y vuelva a colocar la tapa.

6º Conserve los tubos refrigerados después de cada toma.

7º Entregar en el laboratorio lo antes posible.

