

Abaixo segue uma sugestão de cardápio:

Café da manhã

- Café ou chá
- 1 fatia de pão de fôrma integral
- 1 pedaço de ricota
- 2 fatias de presunto
- Margarina e/ou geleia diet

Almoço

- Salada de folhas verdes (alface, rúcula, agrião, radite, repolho, espinafre)
- Pepino e tomate
- 1 filé médio de carne, frango ou peixe
- Legumes refogados (couve-flor, abobrinha verde, brócolis)
- Água com ou sem gás à vontade
- Gelatina diet

Lanche da tarde

- 1 xícara de café ou chá sem açúcar
- 1 fatia de pão de fôrma integral
- Margarina e/ou geleia diet
- 1 pera ou 1 maçã

Jantar

- Salada de folhas verdes (alface, rúcula, agrião, radite, repolho, espinafre)
- 1 omelete (podendo conter ricota, presunto, tomate, cebola, cheiro verde)
- 1 filé médio de carne, frango ou peixe
- Água com ou sem gás à vontade
- Gelatina diet

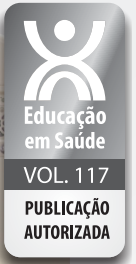
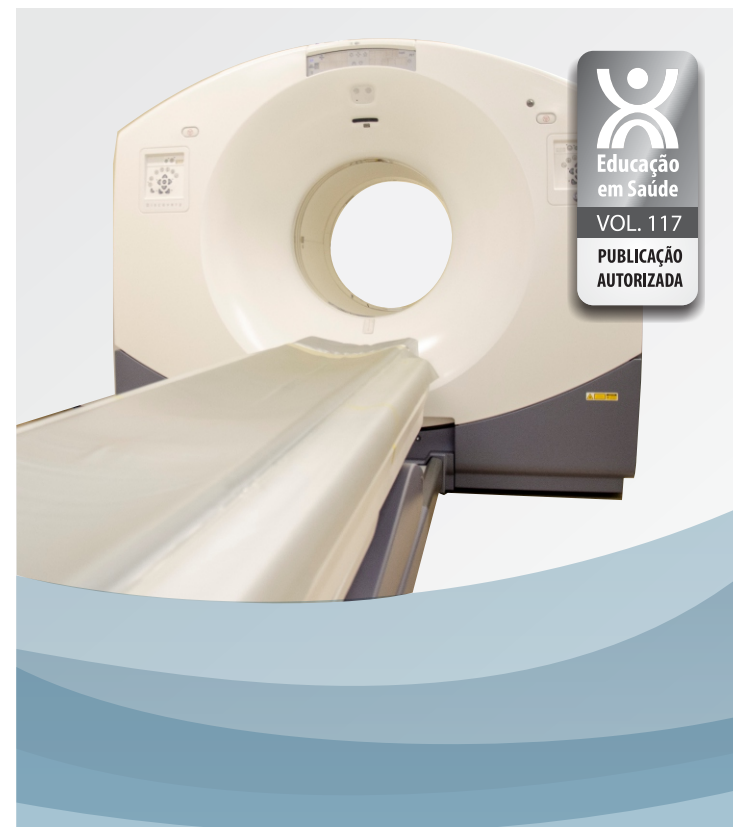
Preparar as refeições com óleo vegetal (soja, canola, milho ou girassol). Na salada, pode ser utilizado azeite de oliva, vinagre, limão e sal a gosto.

Coordenadoria de Comunicação do HCPA - fevereiro/24 - PES117 - 304073
Aprovado pelo Conselho Editorial em fevereiro/24



SERVIÇO DE MEDICINA NUCLEAR

Rua Ramiro Barcelos, 2350
Largo Eduardo Z. Faraco
Porto Alegre/RS 90035-903
Fones 51 3359 7332 | 51 3359 7331
www.hcpa.edu.br



PET-CT Oncológico

Orientações para pacientes e responsáveis



HOSPITAL DE CLÍNICAS
PORTO ALEGRE RS

Preparo para o exame

Orientações gerais:

- A duração total do exame é de cerca de 3 horas, podendo exceder esse tempo devido à entrega do material radioativo a ser utilizado.
- Não agendar nenhum outro tipo de exame no turno do PET-CT.
- A realização do exame não traz risco ao paciente nem exige cuidados posteriores (exceto para lactantes, que deverão suspender a amamentação por uma hora após o exame).
- Gestantes ou mulheres com suspeita de gravidez devem discutir a necessidade do exame com o médico assistente.
- Pacientes menores de 18 anos somente poderão realizar o exame na presença de um acompanhante maior de idade que não esteja com crianças nem grávida.
- O material radioativo é produzido especificamente para cada paciente. Caso o paciente não possa comparecer, **avisar com, no mínimo, 24 horas de antecedência** pelos telefones (51) 3359-7332 ou (51) 3359-8331 (atendimento de segunda a sexta-feira, das 7h30 às 17h).

Um dia antes do exame:

- Nas 24 horas que antecedem o exame, é necessário seguir rigorosamente a alimentação que consta no quadro Orientações nutricionais.
- Não realizar exercícios físicos (caminhada, ginástica, musculação) nas 24 horas que antecedem o exame.
- Não fumar (cigarros, charutos, cachimbos).
- Não mascar chicletes.

Orientações para pacientes diabéticos:

- Em caso de diabetes descompensado, a dieta poderá começar com até três dias de antecedência, conforme orientação da equipe técnica do Serviço de Medicina Nuclear.
- Manter a glicose controlada durante a semana antes do exame (glicemia abaixo de 150 mg/dl).
- Pacientes com uso de insulina e/ou outros hipoglicemiantes orais (metformina, glibenclamida): **não utilizar no dia** do exame.
- Demais medicamentos devem ser tomados normalmente.

No dia do exame:

- Estar em jejum completo de 6 horas entre a última refeição e o horário do exame (ingerir só água).
- Trazer, caso possua, exames de imagem (imagem, laudo, CD).
- Chegar com 30 minutos de antecedência do horário marcado.
- Não fumar (cigarros, charutos e cachimbos).
- Não mascar chicletes.
- Tomar medicamentos de uso contínuo normalmente, com exceção de hipoglicemiantes orais (metformina, glibenclamida) e insulina.

Orientações nutricionais

Veja abaixo quais alimentos são permitidos e quais são proibidos:

ALIMENTOS PERMITIDOS



- Carnes
- Peixes
- Aves
- Ovos
- Frios e embutidos (salsicha, linguiça, bacon, presunto, salame, mortadela)
- Verduras
- Legumes (couve-flor, abobrinha verde, brócolis, alho poró, couve)
- Maçã, pera e mamão
- Água com ou sem gás
- Pão integral em pouca quantidade (máximo duas fatias)
- Chá sem açúcar
- Chimarrão

ALIMENTOS PROIBIDOS



- Açúcar, açúcar mascavo e mel
- Pães, bolos e bolachas
- Doces e balas
- Massas, pizzas e lasanha
- Arroz
- Feijão
- Batata, aipim, moranga, abóbora, cenoura e beterraba
- Laticínios (leite, iogurte e queijos)
- Cereais (aveia, maisena e cereais integrais)
- Frutas (exceto mamão, maçã e pera)
- Refrigerantes (mesmo os dietéticos)
- Bebidas alcoólicas