

1. Alimentação

Iniciar UM DIA antes (véspera) do exame:

Beba de 3 a 4 litros de líquidos claros ao longo do dia: água, água de coco, chá claro ou bebida isotônica clara.

Tome 40 gotas de simeticona a cada 6h.

Alimentos Proibidos (NÃO PODE COMER):

- Frutas, verduras com casca e alimentos integrais.
- Feijão, grão-de-bico, ervilha, lentilha, vagem, milho e pipoca.
- Sementes e cereais: aveia, trigo, centeio, linhaça, cevada e semelhantes.
- Leite e derivados.
- Carne vermelha.
- Alimentos ou bebidas escuros.
- Gelatinas de cor escura.

Alimentos Permitidos (inicie a dieta abaixo um dia antes do exame):

Refeição	O que pode comer
Café da Manhã	Biscoito de maisena, polvilho ou água e sal; tapioca sem manteiga ou queijo. Café puro: apenas uma vez ao dia, no café da manhã.
Almoço	Frango, peixe grelhado ou ovo cozido acompanhados de batata, batata-doce, cenoura, chuchu, inhame (sem casca e cozidos), ou macarrão com azeite e sal.
Lanche	Gelatina ou picolé de limão ou abacaxi.
Jantar	Caldo de legumes batido e coado (sem cascas), gelatina ou picolé de limão ou abacaxi.

2. Medicamentos Laxativos

O que comprar

- 1 caixa de Muvinalax®
- 1 frasco de simeticona em gotas.

NA VÉSPERA (UM DIA ANTES DO EXAME):

22h: Tome 8 envelopes de Muvinalax®

22h: Pare de comer. Poderá beber apenas água pura até o horário de dormir. No dia do exame, jejum absoluto, inclusive água.

NO DIA DO EXAME:

00h: Tome 8 envelopes de Muvinalax®

Como preparar o Muvinalax®: dissolva 8 envelopes em 01 litro de água. Tome um copo a cada 15 minutos.

CHEGADA E ALIMENTAÇÃO APÓS ENGOLIR A CÁPSULA:

CHEGUE À CLÍNICA ÀS 7h15. Se houver atraso, será necessário reagendar o exame.

Você ficará na clínica por cerca de 40 minutos após engolir a cápsula. Se o estômago esvaziar lentamente, poderá ser necessária uma endoscopia para posicionar a cápsula no duodeno. Depois, você será liberado para casa.

- **APÓS 1 HORA:** Tome 04 envelopes de Muvinalx®.
- **ENTRE 2 A 4 HORAS:** pode tomar sucos claros, sem polpa, e água de coco.
- **APÓS 4 HORAS:** pode voltar à alimentação normal.

Em caso de dúvidas, entre em contato com a equipe de enfermagem pelo WhatsApp: **(21) 99793-0975**. O atendimento está disponível de segunda à sexta-feira, das 8h às 18h, e aos sábados, das 8h às 12h.

3. Orientações Importantes

Medicações a serem suspensas

Medicação	Suspender quantos dias antes
Semaglutida (Ozempic®, Wegovy®, Rybelsis®) e Tirzepatida (Mounjaro®)s	21 dias
Dulaglutida (Trulicity®)	15 dias
Ferro (sulfato ferroso) e anti-inflamatórios	5 dias
Liraglutida (Saxenda®, Victoza®) e medicações orais para o diabetes.	2 dias
Insulina	Siga a orientação de redução ou interrupção do seu médico assistente.

Checklist e cuidados com o equipamento:

- **Acompanhante:** venha com uma pessoa maior de 18 anos e capaz, que deverá permanecer na clínica.
- **Documentos:** traga o pedido médico original e a carteirinha do plano de saúde.
- **Saúde e medicamentos:** informe todos os medicamentos e suplementos. Se estiver com infecção, febre ou usando antibiótico, termine o tratamento e remarque o exame.
- **Roupa e pele:** use roupas confortáveis de duas peças; não use vestido, macacão ou hidratante.
- **Enquanto estiver com o equipamento:** não tome banho, não faça atividade física e não se aproxime de equipamentos de ressonância magnética.
- **Proteja o gravador:** evite movimentos bruscos, impactos e choques. A equipe informará o horário de retorno para a retirada.
- **Se sentir desconforto:** dor no peito ou abdome, náusea, vômito ou distensão abdominal devem ser comunicados imediatamente à clínica.

ATENÇÃO: os adesivos, sensores e o gravador com cinto serão removidos por um profissional treinado. Não retire nem desconecte o sistema: isso pode causar a perda das imagens.

Unidade: Tijuca: R. Conde de Bonfim, 497 – 2º andar