

Recomendaciones para la atención en SEL

Recomendaciones generales

- Presentarse con cédula de identidad y/o pasaporte.
- Debes presentarte en el centro de salud 15 minutos antes de la hora de tu cita. Por motivos de pandemia no podrás ingresar al centro antes de este horario y tampoco se permitirá el ingreso de acompañantes, con excepción de menores de edad y personas que requieran asistencia.
- Se recomienda estimar un tiempo de atención entre 4-6 horas, dependiendo de la evaluación programada.
- Debes informar al personal SEL en caso de ser diabético, hipertenso o tener algún problema de salud.
- Si la evaluación considera muestra de sangre, debes asistir en ayuno entre 8 y 12 horas. En casos excepcionales puedes presentarte con un máximo de 14 horas de ayuno.

En la siguiente tabla se indica cuándo debe ser tu última comida según la hora de citación:

Horario Citación	Última comida debe ser
Entre 8:00 - 10:00	Entre 22:00 y 00:00
Entre 10:00 - 12:00	Entre 00:00 y 02:00
Entre 12:00 - 14:00	Entre 00:00 y 04:00
Entre 14:00 - 16:00	Antes de las 06:00 AM

- Aunque asistas en ayuno, no interrumpas ingesta de medicamentos (sólo con agua) en caso de estar en tratamiento médico.
- Sólo podrás ingerir alimentos con posterioridad a la toma de exámenes de sangre. Te entregaremos una colación luego de la toma de exámenes de sangre, pero por motivos de pandemia debes consumir tu colación fuera del recinto de salud.
- Si eres usuario de anteojos ópticos o audífonos, debes traerlos.

Recomendaciones específicas y casos especiales

- Los menores de edad deberán presentarse acompañados de su padre, madre o representante legal.
- En caso de tener alguna discapacidad, debes presentar un documento que lo acredite (credencial de discapacidad o trámite en registro nacional de discapacidad).
- Los trabajadores que no comprenden el idioma, o tengan alguna discapacidad cognitiva, deben acudir con un adulto que los oriente.
- Para la realización de audiometría, es necesario que no te hayas expuesto a ruido intenso laboral o música las 12 horas previas al examen. Evitar escuchar música en dispositivos durante el trayecto al examen.
- Para la realización de la espirometría, es necesario:
 - No haber realizado ejercicio vigoroso al menos 30 minutos antes de la evaluación
 - No fumar al menos una hora antes del examen
 - Si usas inhalador, es recomendable realizar el examen sin haber usado el inhalador al menos 8 horas antes
- Si te realizarás una evaluación ocupacional para Altitud geográfica y/o Plaguicidas, es recomendable que presentes en la atención el resultado de tu Examen Médico Preventivo del Adulto (EMPA).
- Si eres diabético, es recomendable que presentes durante tu evaluación, un informe médico de tu tratamiento actual y el resultado de un examen de Hemoglobina glicosilada con una antigüedad no superior a un mes.