



## **TESTE DO DEGRAU**

### **Orientações para o exame**

- Medicamentos de uso contínuos devem ser tomados normalmente.
- Vestir roupas leves e confortáveis e fazer uso de tênis.
- Não ingerir bebida alcoólica por pelo menos 8 horas antes do exame.
- Não ingerir cafeinados em geral como café puro, chá mate, chocolate, refrigerante a base de cola (refrigerante de cor preta) por pelo menos 6 horas antes do exame.
- Evitar refeições volumosas por 2 horas antes do exame.
- Não fumar por pelo menos 2 horas antes do exame.
- Infecção pulmonar, há menos de 3 semanas, como pneumonia pode alterar o resultado do exame – de preferência, reagendar o exame, salvo sob orientação médica.
- Se for do sexo feminino: não estar em uso de esmalte de unha.