Estimado paciente:

Su médico ha solicitado el examen Hormona del Crecimiento post Ejercicio, el cual permite evaluar la respuesta de la hormona del crecimiento frente al estímulo generado por la actividad física.
Este examen consiste en la obtención de dos muestras de sangre:

- **Primera muestra:** se obtiene en reposo (muestra basal).
- **Segunda muestra:** se obtiene después de realizar actividad física.

El examen puede realizarse en cualquiera de nuestras unidades de toma de muestras.
Considere permanecer en la unidad **aproximadamente 1 hora**, ya que el procedimiento incluye tiempos de reposo y ejercicio.

Indicaciones para el día del examen:

1. Preséntese en la unidad de toma de muestras a la hora programada.
2. Deberá permanecer en reposo durante 20 a 30 minutos.
3. Finalizado el reposo, se obtendrá la primera muestra de sangre (muestra basal).
4. Posteriormente, deberá realizar 15 a 20 minutos de actividad física, la que puede consistir en correr, trotar o realizar otro ejercicio que permita un esfuerzo físico adecuado, de acuerdo con las indicaciones del personal de salud.
5. Inmediatamente después de finalizar el ejercicio, se obtendrá la segunda muestra de sangre.

Si presenta alguna condición médica que limite la realización de ejercicio físico, informe esta situación al personal de salud antes de iniciar el procedimiento.

Si tiene dudas respecto de este informativo consulte al personal de la unidad de toma de muestras. Eventualmente consulte a nuestro **Call center 323323600**, al correo **consultas@aclin.cl** o en la sección contacto en nuestra web: **www.aclin.cl**

Revisado por Q.F. Marcelo Tapia C.

Marcelo Tapia Carrère
QF / Director Técnico

Este documento no puede ser reproducido ni entregado a terceros, sin la expresa autorización del Director Técnico de Aclin.