

Cómo coleccionar una muestra de saliva (esputo) en casa



Antes de usar este kit, lea el folleto completo para aprender los pasos para coleccionar su muestra.



RECOVER

Researching COVID to Enhance Recovery

An Initiative Funded by the National Institutes of Health

RECOVERcovid.org

Este folleto le explica cómo usar este kit para coleccionar una pequeña cantidad de saliva en casa. Es fácil, privado y gratuito.

- Prepárese para coleccionar su muestra de saliva _____ Página 4
- Coleccione su muestra de saliva _____ Página 5
- Guarde su muestra en el refrigerador _____ Página 6
- Dé su muestra al personal del estudio _____ Página 6

¡Gracias por formar parte del estudio RECOVER!

Nos está ayudando a saber más cosas sobre los efectos en la salud a largo plazo de COVID. Usaremos su muestra de saliva para pruebas genéticas (pruebas para detectar cambios o mutaciones en sus genes y ADN).

¿Qué hay en este kit?

Este kit incluye:

- Este folleto
- Embudo plástico conectado a un tubo de plástico para coleccionar la saliva
- Tapa plástica para el tubo de plástico



Importante: use solamente su kit de muestra

¿Cuánto tiempo tomará esto?

Le tomará aproximadamente 10 minutos leer estas instrucciones y coleccionar su muestra. Coleccionar la saliva solo toma aproximadamente de 2 a 5 minutos.

Preparación

- **Colecte la muestra de saliva el mismo día que el personal del estudio visite su hogar.**
- **No colecte su muestra de saliva si tiene la COVID en este momento**, tanto si está enfermo con COVID o acaba de dar positivo en la prueba de COVID. Espere hasta tener una prueba negativa de la COVID o hasta que su doctor le diga que ya no puede contagiar a otras personas. Si no está seguro de que pueda contagiar a otras personas, llame a su doctor o al centro del estudio.
- **Asegúrese de tener la boca y los labios limpios:** Quítese el lápiz de labios o el bálsamo labial pasándoles un paño. Los labios deben estar limpios y secos.
- **Durante al menos 30 minutos antes de coleccionar la saliva:**
 - No fume, no mastique tabaco ni se vaporice.
 - No coma ni beba nada.
- **Lávese y séquese las manos.**

Haga suficiente saliva

Necesita suficiente saliva para llenar el tubo hasta la línea de **LLENAR HASTA (FILL TO)** de esputo, y no burbujas del esputo.

Para hacer más saliva en la boca, especialmente si la boca está seca:

- Beba un poco de agua o chupe un cubito de hielo.
- Con el dedo, frote suavemente la parte de fuera de las mejillas; no frote dentro de la boca.

- Huela un alimento agrio, como un limón o una naranja.
- Piense en su comida favorita.
- Simule masticar los alimentos.

Colecte la saliva

- 1 Quite la tapa del embudo que se encuentra en la parte de arriba del tubo de plástico.**

No quite la película plástica de la tapa.

- 2 Sujete el tubo en posición vertical y escupa la saliva en el embudo.**

Si la saliva tiene burbujas, espere a que desaparezcan por sí solas. Siga escupiendo saliva en el embudo hasta llenar de saliva transparente el tubo hasta la línea de **LLENAR HASTA (FILL TO)** que se muestra en la imagen A.

- 3 Vuelva a poner la tapa en el embudo.**

Sujete el tubo en posición vertical con la abertura en la parte de arriba. Presione hacia abajo la tapa del embudo hasta que escuche un clic.

- 4 Espere a que toda la saliva baje al tubo desde el embudo.**



Imagen A

Gracias por formar parte del estudio **RECOVER.**

5 Gire el embudo vacío para sacarlo del tubo.

Sujete el tubo y gire suavemente el embudo para quitarlo.

6 Ponga la tapa plástica en el tubo.

Gire la tapa plástica del tubo para cerrarlo. Asegúrese de que esté bien enroscada.

7 Mezcle la saliva en el tubo.

Voltee suavemente el tubo hacia abajo y luego hacia arriba 5 veces. Esto mezcla la saliva con el líquido del tubo.

Guarde su muestra en el refrigerador

8 Ponga el tubo con su muestra en la bolsa de plástico transparente.

Despegue la tira azul de la bolsa, pliegue sobre la solapa y presione hacia abajo para cerrar la bolsa.

9 Ponga la bolsa de plástico con su muestra en el refrigerador de inmediato.

No la ponga en el congelador.

Dé su muestra al personal del estudio durante la visita



¿Tiene preguntas o necesita ayuda?

Si necesita ayuda o tiene preguntas, llame al equipo del estudio.