

Cómo coleccionar una muestra de saliva en casa



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



RECOVER

Investigación sobre el COVID para
Mejorar la Recuperación

Una iniciativa financiada por los Institutos Nacionales de la Salud

RECOVERcovid.org/es

Este folleto le explica cómo:

- Prepararse para coleccionar su muestra de saliva _____ Página 4
- Colectar su muestra de saliva _____ Página 5
- Empacar y enviar su muestra _____ Página 7

Este folleto es para los cuidadores que coleccionan la muestra de saliva de su hijo/a o para los adultos jóvenes que coleccionan su propia muestra de saliva.

Si hay más de una persona en su casa que está participando en el estudio RECOVER, cada uno de ustedes recibirá su propio kit de muestra de saliva.



¡Gracias por formar parte del estudio RECOVER!

Nos está ayudando a aprender sobre los efectos a largo plazo del COVID en la salud. 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 para coleccionar su saliva
- Tapa plástica para el tubo de plástico
- Formulario para enviar por correo con su muestra: esto es el papel blanco con un código de barras. Nos dice que la muestra es suya sin incluir su nombre ni otra información privada
- Caja con su dirección impresa para enviarnos su muestra por correo

¿Cuánto tiempo tomará esto?

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

Preparación

- **Revise el kit** para asegurarse de que tenga su nombre y dirección. No use el kit si no tiene su nombre o dirección.
- **No colecte la muestra de saliva un sábado.** Hágalo cualquier otro día, de domingo a viernes, para que pueda enviarlo por correo y no esté en el buzón durante demasiado tiempo.
- **No colecte su muestra de saliva si tiene COVID en este momento**, tanto si está enfermo con COVID o acaba de recibir un resultado positivo en la prueba de COVID. Espere hasta tener una prueba negativa de 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.

- **Mire el video.**
Escanee el código QR para ver un video sobre cómo colectar su muestra de saliva.



- **Durante al menos 30 minutos antes de colectar su saliva:**
 - No fume, mastique tabaco ni fume un cigarrillo electrónico.
 - No coma ni beba nada.
- **Asegúrese de tener la boca y los labios limpios:** Quítese el lápiz de labios o el bálsamo labial usando un paño. Los labios deben estar limpios y secos.
- **Lávese y séquese las manos.**

Haga suficiente saliva

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

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.
- Finja masticar los alimentos.

Colecte la saliva

1 Enjuáguese la boca con agua.

Tome un sorbo de agua, muévelo alrededor de su boca durante unos segundos y escúpalo en un vaso o en el lavabo.

2 Sujete el tubo en posición vertical.

El tubo debe venir con el embudo conectado, y la tapa del embudo abierta. **No quite la lámina de plástico de la tapa.**

3 Escupa la saliva en el embudo.

Si su 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)**.



4 Cierre la tapa del 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. El líquido de la tapa pasará al tubo con la saliva.



5 Después de que todo el líquido haya bajado al tubo desde el embudo, gire el embudo vacío para quitarlo.

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 apretado.



7 Mezcle la saliva en el tubo.

Voltee suavemente el tubo hacia abajo y luego **hacia arriba 5 veces**.

- 8 **Escriba la fecha y la hora en que colectó su muestra en el formulario.**

No escriba su nombre, fecha de nacimiento ni otras cosas personales en el formulario.



Empaque y envíe su muestra

- 9 **Ponga el tubo con su muestra en la bolsa de plástico transparente y séllela.**

Para sellar la bolsa, despegue la tira adhesiva, doble sobre la solapa y presione hacia abajo. Doble la bolsa sellada alrededor del tubo.

- 10 **Ponga la bolsa doblada y sellada con su muestra y el formulario en la caja para envíos.**

- 11 **Cierre y selle la caja.**

- 12 **Envíe su muestra por correo.**

Dentro de las 24 horas de haber colectado su muestra, déjela en una oficina postal de los Estados Unidos (USPS) o en un buzón de correo de USPS.



Gracias por formar
parte del estudio
RECOVER.

¿Tiene preguntas o necesita ayuda?

Para recibir ayuda o si tiene preguntas, llame a
su equipo del estudio.