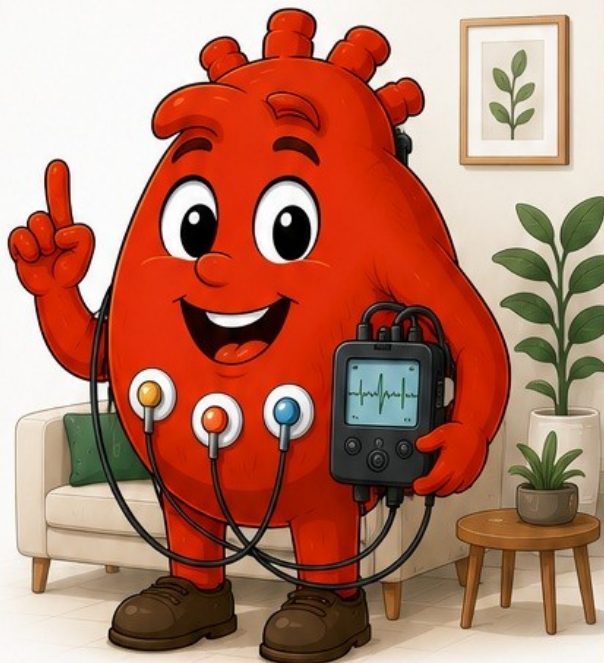


Preparación para tu HOLTER

Seguí estas recomendaciones para que el estudio sea cómodo, confiable y útil para tu médico.



1

Duchate antes del estudio



Aprovechá para bañarte **antes** de la colocación, ya que durante el estudio **no podrás mojar** el equipo.

2

Usá ropa cómoda y práctica



Preferí prendas de **algodón**, con aberturas frontales (botones o cierres) para facilitar la colocación y el retiro del equipo.

3

Mantené el equipo seco



Durante el estudio **evitá el agua**. No podrás ducharte, nadar o realizar actividades acuáticas.

4

Seguí tu rutina habitual



Podés trabajar, caminar, hacer ejercicio suave y realizar **tus actividades normales**.

5

Anotá síntomas o actividades importantes



Registrá en el cuaderno lo que sentís y las actividades que realizás. Esto ayudará a interpretar correctamente tu estudio.



LO MÁS IMPORTANTE



Duchate antes del estudio porque durante el estudio **no podrás mojar** el equipo.



Viví tu día con normalidad y anotá los **síntomas importantes**.



Si surge algún inconveniente, **comunicate** con nosotros.



Entender tu corazón es el primer paso para cuidarlo juntos.

Jorge Salem.

CARDIÓLOGO

MN 149769 • MP 461046



Acassuso • Belgrano • Palermo
+54 9 11 2470-7914 (solo mensajes)



dr@jorgesalem.com.ar



jorgesalem.com.ar

© Dr. Jorge Salem

Uso educativo. Prohibida su reproducción comercial sin autorización.