

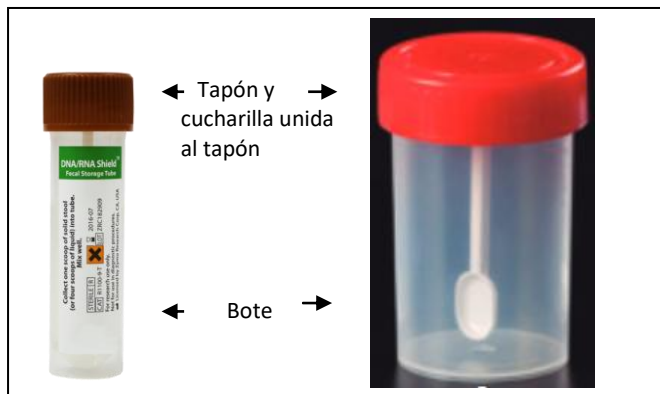
Instrucciones para la familia: PROTOCOLO DE RECOGIDA DE HECES

Apreciados/as participantes del Proyecto INMA:

Los objetivos de la recogida de heces son:

- la medición de la flora bacteriana intestinal (metagenómica)
- la determinación de metales excretados

MATERIAL RECIBIDO EN DOMICILIO:



1. Dos tipos de botes:

(incluyen cucharilla unida al tapón):

- Con tapa marrón (contiene líquido: manipular con cuidado).
- Con tapa roja

2. Guantes y bolsa hermética para introducir los botes.

3. Etiquetas

4. Empapador

5. Instrucciones, formulario de recogida

INSTRUCCIONES para la correcta recogida de muestras:

1. Orinar antes de la recogida de heces.
2. Recoger la muestra en una superficie limpia y seca evitando cualquier contaminación por orina, agua o papel higiénico. Para recoger la muestra, podéis escoger alguna de estas opciones:
 - a. Usar el bidet cubierto por papel de aluminio o con una bolsa de plástico.
 - b. Usar un empapador: colocándolo por debajo del asiento del inodoro, defecando normalmente de modo que la muestra caiga sobre el empapador sujeto por el asiento.

NOTAS: - No recoger las heces directamente del inodoro.

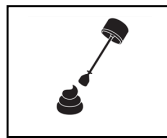
- Los dos botes pueden ser llenados con una misma muestra, ya que solo se requiere un pequeño volumen para cada uno de ellos. Repetir el paso siguiente (paso 3) para cada uno de los botes.

3. Seguir las siguientes instrucciones (tanto para la muestra a recoger en bote con tapón rojo como bote de tapón marrón):
 - a. Desenrosque la tapa del bote.
 - b. Use la cucharilla unida al tapón para recoger la muestra. Llene completamente la cucharilla con las heces (3 cucharada si las heces son sólidas y 4 cucharillas si son líquidas).
 - c. Coloque la cucharilla con las heces dentro del bote y ciérrelo bien.
 - d. Etiquetar bien el bote con la etiqueta facilitada.
4. **En el caso del bote marrón**, contiene un líquido inocuo, así que hay que tener cuidado de no derramarlo. La muestra recogida en el bote marrón ha de ser agitada bien cuando se cierre durante 30 segundos (aproximadamente 10 veces) para crear una suspensión.

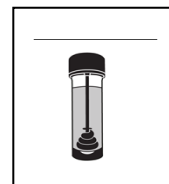
NOTA! Esta muestra fecal debe mezclarse bien con el líquido que contiene el bote asegurándose que no queden partículas grandes.



La muestra **NO** puede caer en el váter antes de ser recogida



Use la cucharilla unida al tapón para recoger la muestra



Solo bote marrón:
Introduzca la cucharilla con las heces en el bote y ciérrelo bien. AGITE bien y asegúrese de que no queden partículas

5. Descartar el resto de las heces y lavarse bien las manos
6. Poner ambos botes en la nevera, dentro de la bolsa zip.
7. Rellenar la hoja de recogida de las heces (día y hora).
8. Completar el formulario que recoge día, hora y características de la muestra fecal que le facilitamos a continuación.
9. Rellenar las características de las heces y el cuestionario que recoge datos de los últimos 12 meses.

FORMULARIO DE RECOGIDA DE MUESTRAS DE HECES:

ID:	Cohorte: VAL
<p><i>A cumplimentar por el/la participante cuando realice la recogida de la muestra:</i></p> <p>HECES (recogidas día antes o mismo día de la visita)</p> <p>Fecha de recogida (dd/mm/aa): __ / __ / __</p> <p>Hora (hh:mm, 24h): __: __</p> <p>Día de la semana:</p> <p>Otras incidencias:</p>	








CARTA BRISTOL:

A cumplimentar por la madre.

ID:	Cohorte: VAL
------------	---------------------

Mira bien estos dibujos que aparecen a continuación

(ELIGE SOLO UN TIPO PARA CADA COLUMNA):

	1. Tipo de heces en el momento de la recogida	2. Tipo de heces habitualmente durante los últimos 12 meses
TIPO 1  Trozos duros, separados, como nueces		
TIPO 2  Con forma de salchicha, pero grumosa		
TIPO 3  Con forma de salchicha, pero con grietas		
TIPO 4  Con forma de salchicha, como serpiente lisa y suave		
TIPO 5  Bolas suaves con bordes definidos		
TIPO 6  Trozos suaves con los bordes desiguales		
TIPO 7  Acuosa, sin trozos sólidos. Totalmente líquida		
No sabes / no contestas		

3. ¿Podrías indicar tu frecuencia de deposición más habitual durante los últimos 12 meses? *Indica la opción más frecuente, elige sólo una opción*

- Más de 2 veces al día
- 2 veces al día
- 1 vez al día
- 1 vez cada 2 días
- Menos de una vez cada dos días

4. ¿Has tenido una gastroenteritis en la última semana? *(La gastroenteritis es una inflamación del estómago y los intestinos caracterizada por la presencia de diarrea, que puede ser acompañada de vómitos, fiebre o dolor abdominal).*

- No
- Sí

5. ¿Has presentado alguno de estos trastornos enfermedades digestivas? (en los últimos 12 meses, se pueden marcar varias opciones). Indique la fecha en la que fue diagnosticado:

No

ENFERMEDAD/TRASTORNO	No	Sí	Fecha
Intolerancia a la lactosa			/ / .
Intolerancia al gluten o celiaquía			/ / .
Pancreatitis			/ / .
Hepatitis			/ / .
Enfermedad del hígado			/ / .
Enfermedad de Crohn			/ / .
Síndrome del intestino irritable			/ / .
Colitis ulcerativa			/ / .
Otro tipo de trastorno o enfermedad digestiva: Tipo:.....			/ / .

6. ¿Has tomado algún antibiótico durante el último mes?

No → Pasa a la pregunta 7

Sí → Responde la siguiente tabla

Antibiótico	Motivo / Enfermedad	Duración del tratamiento (días, semanas o meses)	Fecha fin (/ /)

7. ¿Has tomado otros medicamentos durante el último mes?

No → Pasa a la pregunta 8

Sí → Responde la siguiente tabla

Medicamento	Motivo / Enfermedad	Duración del tratamiento (días, semanas o meses)	Fecha fin (/ /)

8. ¿Has consumido alguno de los siguientes suplementos?

No

	1. Regularmente	2. Ocasionalmente	3. Nunca
Suplementos prebióticos o probióticos (Activia, Actimel, etc) (especificar):			
Suplementos de fibra			
Suplementos vitamínicos			
Suplementos de minerales (Hierro, Calcio, Zinc, etc)			
Otros suplementos (especificar) :			

¡MUCHAS GRACIAS POR SUS RESPUESTAS A ESTE CUESTIONARIO Y POR SU PARTICIPACIÓN EN EL ESTUDIO!