

ANEXO B:

PROTOCOLO DO PAD-TEST DE UMA HORA

1. Pese um penso novo num saco de plástico ou com fecho de correr fechado numa balança de cozinha (ou numa balança com capacidade para medir gramas).
2. Peça à paciente para urinar.
3. Peça à paciente para utilizar o penso (com cuecas para o manter no sítio).
4. Peça à paciente para realizar as seguintes atividades:
 - a. 0–15 minutos: sentar-se e beber 500 ml de água.
 - b. 15–45 minutos: caminhar calmamente pela enfermaria e/ou pelo hospital.
 - c. 45–60 minutos:
 - i. Levantar-se 10 vezes depois de estar sentada.
 - ii. Tossir vigorosamente 10 vezes.
 - iii. Correr no local durante um minuto.
 - iv. Dobrar-se para apanhar um objeto do chão 5 vezes.
5. Retire o penso e coloque-o no mesmo saco de plástico ou com fecho de correr.
6. Pese novamente o penso, dentro do saco.
7. Subtraia o peso inicial do peso final para registar o peso de urina perdida.

<u>PESO DO PENSO SECO E DO SACO DE PLÁSTICO</u>	<u>PESO DO PENSO MOLHADO (UMA HORA) E DO SACO DE PLÁSTICO</u>	<u>DIFERENÇA</u>