

Orientações aos participantes da pesquisa **“Avaliação do efeito do uso de enxaguatório bucal com clorexidina na pressão arterial de pessoas saudáveis”**

1º DIA:

- Serão realizadas algumas perguntas sobre sua saúde.
- Sua pressão arterial será aferida 3 vezes em intervalos de 5 minutos.
- Será entregue um frasco com enxaguatório bucal (poderá conter ou não clorexidina).
- Você deverá fazer bochechos por 1 minuto, 2 vezes ao dia (manhã e noite) durante 7 dias. Não enxaguar a boca logo depois.
- Em caso de quaisquer sinais ou sintomas que acredite que possam estar relacionados com o uso dos bochechos como: dermatites, dor ou descamação na mucosa bucal, ardência, inchaço, coceira, vermelhidão na região da boca ou da face, suspender o uso do enxaguatório e entrar em contato com a pesquisadora.

8º DIA:

- Neste dia não praticar exercícios físicos, não fumar nem ingerir café ou bebidas alcoólicas antes da avaliação pela equipe de pesquisa.
- Alimentação pelo menos 1 hora antes da avaliação pela equipe de pesquisa.
- Serão realizadas algumas perguntas sobre sua saúde.
- Sua pressão arterial será aferida 3 vezes em intervalos de 5 minutos.
- Você será orientado a NÃO usar enxaguatório bucal durante 7 dias.

15º DIA:

- Neste dia não praticar exercícios físicos, não fumar nem ingerir café ou bebidas alcoólicas antes da avaliação pela equipe de pesquisa.
- Alimentação pelo menos 1 hora antes da avaliação pela equipe de pesquisa.
- Serão realizadas algumas perguntas sobre sua saúde.
- Sua pressão arterial será aferida 3 vezes em intervalos de 5 minutos.
- Será entregue um frasco com enxaguatório bucal (poderá conter ou não clorexidina)
- Fazer bochechos por 1 minuto, 2 vezes ao dia (manhã e noite) durante 7 dias.
- Em caso de quaisquer sinais ou sintomas que acredite que possam estar relacionados com o uso dos bochechos como: dermatites, dor ou descamação na mucosa bucal, ardência, inchaço, coceira, vermelhidão na região da boca ou da face, suspender o uso do enxaguatório e entrar em contato com a pesquisadora.

22º DIA:

- Neste dia não praticar exercícios físicos, não fumar nem ingerir café ou bebidas alcoólicas antes da avaliação pela equipe de pesquisa.
- Alimentação pelo menos 1 hora antes da avaliação pela equipe de pesquisa
- Serão realizadas algumas perguntas sobre sua saúde.
- Sua pressão arterial será aferida 3 vezes em intervalos de 5 minutos.
- Encerramento da sua participação na pesquisa.