



## Test de Hidrogeno en aire espirado

### **4 semanas antes del test**

- ✓ No tomar antibióticos
- ✓ No haberse realizado colonoscopia ni estudios con fluoroscopia (seriada esófago gastroduodenal o colon por enema)

### **1 semana antes del test**

- ✓ No ingerir suplementos vitamínicos
- ✓ Evitar probióticos (Tipo Actimel)
- ✓ Evitar inhibidores de la bomba de protones (omeprasol, esomeprasol, etc.)
- ✓ No ingerir fibras ni laxantes ni medicamentos digestivos

### **3 días antes del test**

- ✓ **Alimentos permitidos:**
  - Pollo al horno o grillado
  - Pescado blanco
  - Huevos
  - Agua, te, infusiones sin azúcar
  - Arroz blanco (sin ajo, cebolla ni salsa de tomate)
  - Carne
  - Galletitas de agua
- ✓ **Alimentos no sugeridos:**
  - Granos y cereales
  - Leche y derivados
  - Vegetales
  - Frutos secos y legumbres
  - Cualquier comida y bebida que sea libre de azúcar
  - Mayonesa, ketchup, miel, mostaza

### **12 horas antes del test**

- ✓ No consumir nada, excepto agua

### **Día del test**

- ✓ No tomar ninguna medicación
- ✓ No fumar
- ✓ No comer caramelos ni chicles
- ✓ No hacer ejercicios
- ✓ No usar adhesivo para dentaduras postizas
- ✓ Cepillarse los dientes 2 horas antes del test
- ✓ El test puede durar hasta 3 horas