PREPARACIÓN PARA LA PRUEBA

Esta prueba es un test de aliento no invasivo empleado para evaluar el sobrecrecimiento bacteriano (SIBO). La microbiota intestinal descompone el sustrato suministrado liberando en el proceso hidrógeno y metano, que pasan a la sangre y de allí al pulmón, siendo expulsados por la respiración. Así, a partir del aire espirado, podemos determinar la cantidad de gases generados por la microbiota tras la ingesta del sustrato, lo que puede ser indicativo de la existencia de SIBO.

Condiciones previas del paciente (salvo que su médico le dé otras indicaciones)

- No se recomienda la realización de la prueba en las 4 semanas siguientes a un tratamiento con antibióticos, laxantes osmóticos y/o enemas de limpieza, o a pacientes que hayan sido sometidos a una prueba endoscópica o radiológica que requiera limpieza intestinal.
- Se recomienda interrumpir la ingesta de probióticos 2 semanas antes de la prueba.
- Se recomienda que se interrumpa la ingesta de laxantes o fármacos procinéticos (favorecedores de la motilidad) 1 semana antes de la prueba.
- Debe realizarse una dieta pobre en carbohidratos fermentables durante las 24 horas previas a la prueba.
- En el caso de tener que realizar varias pruebas de malabsorción a azúcares deberán pasar como mínimo 7 días, manteniendo el día previo a la prueba una dieta pobre en carbohidratos fermentables.

Dieta 24 horas antes de la prueba:

PUEDE COMER:
Carne, pescado blanco o azul, ave de corral a la plancha
Caldo natural de carne claro (sin hueso ni féculas)
Aceites: coco / oliva / aceite vegetal / mantequilla
Sal y pimienta
Huevos (tortilla francesa, huevo duro, plancha o frito)
Arroz blanco **recién hecho** (sin ajo, sin cebolla, sin salsa de tomate)
Embutidos: jamón serrano o ibérico.
Agua sin gas o infusiones sin azúcar.
Café negro ligero y/o té negro ligero (normal, sin edulcorante, azúcar, leche o crema)

Ejemplo de dieta:
Desayuno: Tortilla de 2 huevos o 1 yema y 2 claras + 2-3 lonchas de jamón serrano. Infusión o café solo, sin leche ni azúcar.
Media mañana/merienda: Infusión, café solo o agua + atún en lata al natural o jamón serrano.
Comida/Cena: Carne (pollo, pavo, conejo o bistec) o Pescado (blanco o azul) + arroz blanco (sin ajo, cebolla ni salsa de tomate).

El día de la prueba

- Permanezca en **ayunas un mínimo de 8 horas** antes de la prueba.
- Realice la limpieza bucal solo con cepillo de dientes, sin utilizar pasta dental.
- Enjuáguese con una solución de clorhexidina **sin sorbitol**. En caso de duda, enjuáguese enérgicamente varias veces solo con agua.
- Absténgase de masticar chicle, tomar caramelos, fumar y realizar cualquier esfuerzo físico antes y durante la realización de la prueba.
- Antes y durante la prueba sólo se permite tomar agua sin gas.
- Permanezca en reposo durante 30 min antes de iniciar la prueba y hasta que ésta finalice.

Isomed Pharma S.L., 2024