



RECOMENDACIONES PARA REALIZACIÓN DE TEST DE AIRE ESPIRADO PARA INTOLERANCIA ALIMENTARIA

En caso de estar padeciendo
diarrea es mejor posponer la
realización de la prueba.



El resultado del test de aire espirado para intolerancias alimentarias se puede ver afectado por distintos factores como la dieta, el tabaco o el ejercicio. Es importante seguir estas instrucciones para garantizar la fiabilidad de los resultados.

Condiciones previas:

- No haber consumido ningún antibiótico, practicado lavado intestinal o enteroscopia durante los 30 días previos a la realización de la prueba
- Se recomienda interrumpir la ingesta de probióticos durante los 15 días previos a la realización de la prueba.
- Se recomienda interrumpir la ingesta de procinéticos o laxantes durante los 7 días previos a la realización de la prueba



Dieta 24h antes de la prueba:

- Debe realizarse una dieta pobre en carbohidratos fermentables durante las 24h previas a la prueba: legumbres, pastales, col, grandes cantidades de manzana, cebolla o pan fresco horneado.

El día de la prueba:

- Acudir en ayunas un mínimo de 12 horas
- Realizar la limpieza bucal solo con cepillo de dientes, sin utilizar pasta dental
- Abstenerse de masticar chicle, tomar caramelos, fumar, pintarse los labios y realizar cualquier esfuerzo físico.

Durante la prueba:



- No consumir chicle, comer, beber ni fumar y permanecer en reposo durante todo el proceso.

La duración estimada de la prueba es de 3 horas



**No dudes en consultar tus dudas
al personal que te atiende.**