Hospital San Juan de Dios Tenerife

Hospital San Juan de Dios Tenerife
Servicio de Laboratorio



RECOMENDACIONES PARA REALIZACIÓN DE TEST DE AIRE ESPIRADO PARA SOBRECRECIMIENTO BACTERIANO E INTOLERANCIAS ALIMENTARIAS

El resultado del test de aire espirado para sobrecrecimiento bacteriano puede verse 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 tomado antibióticos en las últimas 4 semanas.
- Si ha realizado una limpieza intestinal (por colonoscopia u otra prueba), espere al menos 2 semanas antes de hacer el test.
- No tome laxantes, probióticos, procinéticos ni medicamentos con lactulosa o lactosa durante las 24 horas previas, salvo indicación médica.

Dieta 24h antes de la prueba:

- Debe realizarse una **dieta pobre en carbohidratos fermentables** durante las 24h previas a la prueba. Evite alimentos como leche y productos lácteos, fruta, legumbres, pan integral, cebolla, ajo, o productos con edulcarantes como xilitol o sorbitol.
- Puede consumir alimentos ricos en proteínas como pesacado, carne, huevos o arroz.

El día de la prueba:

- **Ayune al menos 8 horas** antes de la prueba (no comer ni beber, salvo agua).
- La noche anterior y el mismo día de la prueba debe **realizar una buena higiene bucal** con pasta dentrífica y enjuague bucal, preferentemente con antiséptico (clorhexidina).
- **Evite hacer ejercicio físico intenso y fumar** al menos 2h antes de la realización de la prueba

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 y media**

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

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

