

Prueba de aliento: test de hidrógeno espirado para intolerancia a azúcares

PREPARACIÓN PREVIA A LA PRUEBA

- No debe realizarse la prueba si en el **mes anterior** a la realización de esta, ha tomado aspirinas, antibióticos, procinéticos (*Motilium*, *Cidine*, *Blaston* o similares), laxantes (incluyendo *Plantaben* u otras fibras) y/o enemas de limpieza, así como si se ha sometido a una limpieza intestinal o colonoscopia.
- No debe ingerir antidiarreicos, probióticos ni protectores de estómago/antiácidos (omeprazol, pantoprazol o similares) las **dos semanas anteriores** a la prueba.
- Debe retrasar la realización del estudio en caso de haber padecido una gastroenteritis aguda la **semana previa**.

PREPARACIÓN PARA LA PRUEBA

- Durante las 24 horas anteriores a la prueba, debe realizar una **dieta pobre en hidratos de carbono fermentables**. No debe mascar chicle ni tomar caramelos durante este periodo.

¿QUÉ ALIMENTOS ESTÁN PERMITIDOS?	¿QUÉ ALIMENTOS NO ESTÁN PERMITIDOS?
<ul style="list-style-type: none">– Agua, infusiones sin azúcar, té.– Arroz blanco hervido (sin cebolla, ajo, salsa de tomate).– Huevos.– Carne, pescado azul o blanco.– Embutidos no elaborados (jamón serrano o ibérico).– Aceite y sal.	<ul style="list-style-type: none">– Productos lácteos y derivados (leche, yogur, queso).– Agua con gas o refrescos.– Azúcar, edulcorantes.– Frutas o zumos de frutas.– Frutos secos.– Cereales (pan, tostadas, galletas).– Productos de panadería, bollería o repostería, dulces (caramelos o chicles), mermeladas.– Legumbres, verduras, hortalizas, patata.– Embutidos elaborados (jamón cocido, fuet, salchichón, mortadela, etc.).

Ejemplo de dieta:

Desayuno: té o infusión (sin azúcar o edulcorante). Tortilla francesa o huevo cocido con lonchas de jamón serrano

Comida/cena: agua sin gas. Carne (pollo, pavo, conejo, ternera) o pescado (azul o blanco) con arroz blanco. **NO POSTRE.**

- El día de la prueba **no debe usar dentífrico** durante la limpieza bucal. Recomendamos que la noche antes, tras el lavado de dientes habitual, y la mañana previa a la prueba, se enjuague la boca con un antiséptico bucal con clorhexidina sin sorbitol (*Oraldine* o similar).
- Debe encontrarse en **ayuno de 12 horas mínimo y sin fumar**. Puede beber agua sin gas si lo desea durante el periodo de ayuno.

Prueba de aliento: test de hidrógeno espirado para intolerancia a azúcares

DESARROLLO DE LA PRUEBA

- Al inicio de la prueba, tomar la **muestra basal**. Tras ello, debe tomarse **toda la solución del azúcar** correspondiente en unos 10-15 minutos, y debe **soplar en el tubo** correspondiente a cada tiempo, de forma que éste se empañe. Finalmente, el tubo debe quedar **perfectamente cerrado**.
- Con el fin de conseguir concentraciones óptimas de H₂, CH₄ y CO₂ en el aliento expulsado se recomienda para cada toma, **contener el aliento durante 30 segundos y soplar** a través de la pajita colocando el tubo de recogida de muestra en posición invertida (con la base del tubo hacia arriba). El tubo debe contener la última parte del aire espirado y debe **taparse rápidamente** antes de variar su posición para evitar pérdidas de muestra.



- En el transcurso de la prueba, podrá beber agua, pero **no podrá comer ni masticar chicle** (por su contenido en sorbitol). Tampoco está permitido fumar, dormir, ni realizar ejercicio físico desde los **30 minutos anteriores** al inicio de la prueba.

OBSERVACIONES

- La duración de la prueba es de **3 horas y media**, y se debe permanecer en **reposo relativo** durante la realización de esta.
- El test del aliento para la detección de intolerancia a azúcares requiere de **ocho muestras** de aire espirado obtenidas a través del aliento. El kit contiene una solución con el azúcar solicitado, ocho tubos identificados con los tiempos correspondientes, y la pajita necesaria para la obtención de las muestras de forma sencilla. Resulta fundamental tener en cuenta las **consideraciones previas** antes de proceder, y **seguir las instrucciones** para la toma de muestra.
- No es posible realizar más de un test del aliento a la vez, debiendo respetar un plazo mínimo de **cuatro días entre ellos**.
- Los resultados estarán disponibles **aproximadamente en 2 semanas**.
- Desde la entrega del kit hasta su devolución al laboratorio no pueden pasar más de **7-10 días**.
- El kit debe devolverse al laboratorio como máximo **24 horas tras la toma de la muestra**.
- **ASEGURADORAS:** No todas las compañías de seguros cubren estas pruebas por lo que el paciente deberá llamar a su compañía, solicitar la autorización correspondiente y traerla a la admisión en el momento de entregar la prueba realizada.

Si tiene cualquier duda, póngase en contacto con el servicio de Laboratorio