



## CENTRO DE ENFERMEDADES DIGESTIVAS SRL

Clínica, Cirugía y Videoendoscopia  
25 de Mayo 326 – General Roca – 8332 – Río Negro  
Te: 0298 – 4422171 correo: [ced-roca@speedy.com.ar](mailto:ced-roca@speedy.com.ar)

### TEST DE ALIENTO CON HIDROGENO

Esta prueba es un test no invasivo que permite a partir del aire exhalado determinar la cantidad de hidrógeno formado por la flora intestinal, habiendo ingerido previamente un tipo de azúcar (lactosa, glucosa, lactulosa). La duración estimada es de aproximadamente 3 horas.

Debe respetar estrictamente las condiciones citadas debajo para asegurar un resultado correcto del test.

### CONDICIONES PARA LA PRUEBA

#### 1- CUATRO SEMANAS ANTES:

No consumir antibióticos  
No haberse efectuado estudios de intestino (colonoscopia, colon por enema o enteroclisia)

#### 2- UNA SEMANA ANTES:

No utilizar enemas, laxantes o fibras ablandadoras de materia fecal.  
No consumir productos o medicamentos que contengan como excipientes lactosa o fructosa  
Evitar consumo de probióticos y prebióticos (consulte a su médico)  
Evitar consumo de inhibidores de bomba para la acidez del estómago (consulte a su médico)

#### 3- TRES DIAS ANTES:

**EVITAR:** granos y cereales, leche y derivados, frutas y zumos frutales, vegetales, cebolla, ajo, coles, nueces, semillas y legumbres, comidas y bebidas que contengan jarabe de maíz, miel, ketchup, mayonesa y mostaza.

**PODRA CONSUMIR:** pollo u otras aves o pescado al horno o grillados, arroz blanco, huevos y agua.

#### 4- 12-14 HORAS PREVIAS:

Ayuno estricto. Sólo podrá consumir agua.  
No consumir su medicación de base el día de la prueba, pero remítala al Centro para tomarlas luego.  
No fumar ni realizar ejercicios físicos intensos  
No consumir chicles  
Si Ud. es diabético, consulte antes con su médico de cabecera.

#### 5- DIA DEL ESTUDIO:

No tome medicaciones  
No fume  
No consuma caramelos ni chicles  
No realice ejercicios físicos  
No podrá dormir durante el test  
No utilice adhesivos para sus prótesis dentales  
Cepillarse los dientes (sin tragar dentífrico) 2 horas antes de concurrir.  
Traer cepillo de dientes consigo y una pasta dental  
Puede traer consigo material de lectura  
Traer consigo pedido del estudio autorizado.

La prueba se realizará el día ..... de..... a las..... horas.

Lugar: Centro de Enfermedades Digestivas. 25 de Mayo 326. General Río Negro.

Teléfono: 2984-422171

## NORMAS DIETETICAS PREVIAS A LA PRUEBA

Dieta sin hidratos de carbono 24hs antes de la prueba:

### PUEDE COMER:

- Huevos (tortilla francesa, huevo duro o frito)
- Arroz blanco (sin ajo, cebolla ni salsa de tomate)
- Embutidos no elaborados (jamón serrano)
- Carne, pescado blanco o azul
- Agua, té, infusiones sin azúcar

### NO PUEDE COMER:

- Leche y productos lácteos (yogures, quesos, mantecas)
- Cereales, pan, galletas, tostadas, biscotes, tortitas
- Productos de pastelería (magdalenas, donuts), dulces (caramelos, chicles) y mermeladas.
- Legumbres, batata, verduras y vegetales
- Frutas y zumos de fruta
- Refrescos
- Embutidos elaborados (jamón cocido, mortadela, salchichón)
- Frutos secos
- Azúcar blanco o moreno ni edulcorantes

## EJEMPLO DE DIETA

### Desayuno:

- Tortilla de 2 huevos o 1 yema y 2 claras
- 2-3 fetas de jamón serrano o ibérico
- Te u otra infusión sin azúcar o agua

### Comida principal:

- Arroz blanco no condimentado (sólo hierbas aromáticas y aceite de oliva)
- Carne (pollo, conejo o bife) o Pescado (blanco o azul)
- No postre. Sólo infusión

## CONSIDERACIONES ESPECIALES A TENER EN CUENTA DURANTE Y LUEGO DEL ESTUDIO

- 1- Si Ud es intolerante a alguno de los productos empleados en los tests (lactosa, glucosa, lactulosa), es posible que presente síntomas durante el mismo o luego de finalizado (hasta varias horas después).
- 2- Si ocurriera durante el desarrollo del mismo, deberá informar al médico que le efectúa el test el/los síntomas presentes para dejarlo asentado en su registro particular.
- 3- Si ocurriera una vez que Ud ha retornado a su hogar, deberá dejarlo asentado en un registro personal para referírselo via telefónica o personal al médico a cargo del test.
- 4- Si algunos de los síntomas fueran muy molestos en su hogar ( vómitos, dolor abdominal, ruidos exagerados, distensión por gases o diarrea) comunicarse al Centro de Enfermedades Digestivas al 2984-422171.
- 5- Habitualmente estos síntomas se autolimitan una vez evacuado el intestino.

**Importante:** Durante la actual pandemia COVID 19, Ud. deberá concurrir a la Institución portando barbijo obligatorio y mantener las normas sanitarias especificadas a su ingreso. Sólo podrá ingresar al consultorio el paciente a quien se le efectuara el estudio.