

Esta prueba tiene una duración de 3 horas y media (210 minutos). Para asegurar un buen análisis, es fundamental que a la hora de tomar las muestras sigas las indicaciones que se presentan a continuación:

Consideraciones previas:

- * Ayuno de 12 h y sin fumar.
- * No tomar antibióticos durante los 30 días anteriores a la realización de la prueba.
- * No realizarse aplicaciones de enema (lavado intestinal o preparación para endoscopia) los 5 días anteriores a la prueba.
- * No tomar medicamentos laxantes, antidiarreicos, probióticos ni procinéticos (medicamentos para mejorar el tránsito intestinal) los 2 días anteriores a la prueba.
- * El día anterior a la prueba debes realizar una dieta libre en hidratos de carbono (incluyendo azúcares), así como evitar la cerveza, el vino, los refrescos y los alimentos que contengan fibra (frutas y verduras) y fécula (patatas, cereales y legumbres). Los alimentos permitidos el día anterior a la prueba son la carne, el pescado, los huevos y los lácteos, así como el café, el té y la infusión. En el caso de que por prescripción médica o bien por sintomatología intestinal estés evitando alguno de estos alimentos, aconsejamos que continúes con la exclusión del mismo. En el caso de dietas veganas está permitida la ingesta de arroz blanco.

A continuación, te proponemos una dieta a seguir el día antes de la prueba:

Desayuno:

- Café, té o infusión (sin azúcar, sacarina u otros edulcorantes)
- Huevos revueltos con queso o pechuga de pavo/pollo

Comida:

- Huevos hervidos rellenos de atún
- Carne al horno o a la plancha sin guarnición
- Yogur natural/queso fresco tipo Burgos

Cena:

- Gambas cocidas o a la plancha y/o mejillones al vapor
- Pescado al horno o a la plancha sin guarnición
- Yogur natural/queso fresco tipo Burgos

- * Recomendamos enjuagar la boca con un colutorio o enjuague bucal, después del lavado de dientes habitual, la noche antes y la mañana previa a la prueba.
- * El día de la prueba, estar en ayunas de 12 horas y no fumar previamente. Puedes beber todo el agua que desees durante el periodo de ayuno.
- * No puedes comer, fumar, mascar chicle ni dormir durante la realización de la prueba. Debes permanecer en reposo relativo y puedes beber agua.
- * Te informamos de que este tipo de prueba puede causar gases, distensión abdominal o diarrea en caso de ser intolerante al azúcar administrado.