



## PREPARACIÓN TEST DE ALIENTO:

### INTOLERANCIA A LA LACTOSA

- El **test de aliento** es una prueba sencilla que se realiza de forma ambulatoria con el único inconveniente de que el paciente debe permanecer en el centro de estudio aproximadamente 3 horas y seguir una serie de recomendaciones que explicamos a continuación.
- **Dos semanas antes:** No deberá tomar antibióticos, ni haberse realizado limpieza del colon para colonoscopia y/o enema opaco. En caso de haber padecido una gastroenteritis la semana previa al estudio, deberá retrasar la realización de la prueba. Se recomienda la suspensión de la ingesta de probióticos y laxantes (siempre que se pueda, consulte a su médico).
- **El día de antes:** No debe ingerir ningún tipo de fibra, verduras o vegetales ni productos lácteos, ya que puede alterar los resultados del estudio.
- **12 horas antes:** A partir de este momento, deberá permanecer en ayunas, evitar mascar chicle, fumar ni realizar ejercicio intenso. También deberá realizar una correcta limpieza bucal, incluyendo el uso de colutorio. En caso de padecer alguna enfermedad bucal, deberá ser valorado y tratado previamente.
- **Durante la realización de la prueba:** Sólo se permite la ingesta de agua.