



CEFIDI
Centro de Fisiologia
Digestiva de Piracicaba

TESTE RESPIRATÓRIO H₂. INTOLERÂNCIAS ALIMENTARES: LACTOSE, FRUTOSE, SORBITOL E SACAROSE

1) Preparo para agendamento no CEFIDI

a. 4 semanas antes do exame

- **Não utilizar antibióticos via oral (antibióticos tópicos para pele, olhos e ouvido estão liberados)**

b. 2 semanas antes do exame

- **Não realizar Colonoscopia ou Enema opaco**

c. 24 horas antes do exame

- **Não utilizar os seguintes medicamentos: laxantes, procinéticos (bromoprida, domperidona, metoclopramida) e probióticos (ex.: Floratil®, Repoflor®, Prolive®, Simbioflora®, etc.), antidiarreicos (loperamida)**
- **Não ingerir leite de vaca e derivados (queijo)**
- **Não ingerir frutas em geral, mel, suco de frutas, refrigerante, cerveja, bebida alcóolica, doces ou adoçantes., alimento gorduroso**
- **Não ingerir alimentos ricos em fibra (ex. feijão, brócolis, couve-flor, cebola, farelo de trigo, aveia, granola, linhaça, chia etc.)**

d. 2 horas antes do exame

- Não realizar atividade física ou fumar (e também durante o exame)
- Não mascar chicletes ou usar balas
- Realizar uma boa higiene oral no dia do exame (escovar bem os dentes 2 horas antes do exame)

e. Alimentos permitidos 24 horas antes do exame

- Leite sem lactose, chás
- torradas, bolacha de água, margarina
- ovo quente, ou mexido, tapioca, arroz
- uma porção de peixe ou frango (grelhado ou cozido)
- verduras cozidas, legumes, cenoura, batata, chuchu, abobrinha

f. Jejum absoluto para o horário do exame

- adultos e crianças maiores de 12 anos: de 8 a 12 horas
- dos 6 aos 12anos: jejum de 6-8hs
- dos 2 anos até os 6 anos: jejum de 6hs
- menores de 1 ano: jejum de 4hs

Observação: Para todos, não ingerir água 2 horas antes do exame

2) Orientações Gerais

a) Duração do exame

- **180 minutos** - coletas de ar expirado a cada 30min (Intolerância à lactose, sacarose, frutose e sorbitol)
- **120 minutos** - coletas de ar expirado a cada 15 min (supercrescimento bacteriano intestinal)

- b) Não há sedação ou desconforto algum** sem necessidade de acompanhante. Exceção: crianças ou idosos com limitações
- c) Realizar uma boa higiene oral no dia do exame** (escovar bem os dentes 2 horas antes do exame)
- d) Medicamentos de uso contínuo** (pressão ou coração ou IBPs, omeprazol e similares) podem ser ingeridas normalmente no dia do exame com um gole de água
- e) Crianças, encher bexigas como brincadeira um dia antes do exame como treinamento** (se não conseguir, faremos a coleta com máscara). Trazer brinquedos, livros ou eletrônicos (tablet etc.) para distrair a criança durante o estudo

European guideline on indications, performance, and clinical impact of hydrogen and methane breath tests in adult and pediatric patients, 2022