

PREPARACIÓN PARA TEST DE ALIENTO

Es IMPRESCINDIBLE que siga estas instrucciones:

1. Vendrá en ayunas desde las 22 h del día anterior
2. La noche anterior hará una cena ligera que no contenga fruta, verduras ni legumbres (ver ejemplo al final del texto)
3. No tomará pastillas de fibra ni laxantes el día anterior al test de aliento
4. No fumará antes de la prueba ni durante la prueba
5. No se limpiará los dientes antes de la prueba ni durante la prueba.

EJEMPLO DE CENA

PRIMER PLATO: *sopa u otra pasta*

SEGUNDO PLATO: *carne, pescado, huevos sin guarnición de verduras ni patatas fritas*

POSTRE: *dulces, flan, yogurt. No frutas.*