

Teste Respiratório para Supercrescimento Bacteriano

Este método está fundamentado no fato que somente as bactérias podem produzir no corpo humano hidrogênio (H₂) e metano (CH₄), portanto a concentração destes gases no ar do pulmão correlaciona-se com o grau de fermentação bacteriana intestinal.

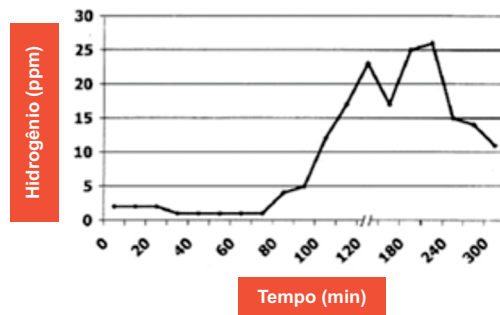
O teste de hidrogênio (H₂) no ar expirado é o método de escolha para o diagnóstico de má absorção intestinal devido ao supercrescimento bacteriano do intestino delgado.

O exame é realizado através de coleta de gases do pulmão através de sopro após a administração oral de lactulose e análise da produção de Hidrogênio (H₂) expiratório. É um teste indolor e não invasivo.

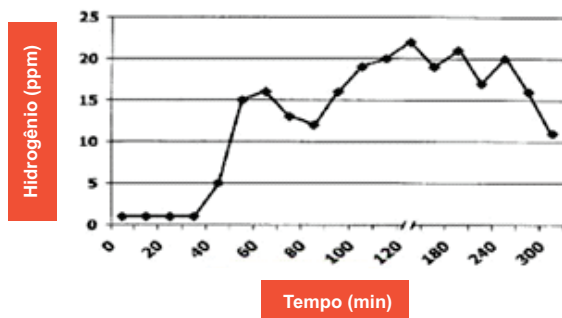
Na presença de supercrescimento bacteriano, a lactulose é fermentada precocemente, na porção inicial do intestino delgado, levando a um aumento do Hidrogênio exalado já nas primeiras coletas dos gases (pico precoce de H₂ exalado).

Interpretação dos resultados:

Em condições normais a lactulose não é absorvida no intestino delgado e chega intacta ao cólon onde sofre fermentação bacteriana.



O teste é considerado positivo quando há a elevação precoce (entre 20 e 60 minutos) da curva de concentração de H₂, ou seja, ocorreu fermentação bacteriana nas porções proximais do intestino delgado.



Descrição do exame:

- 1) Determina-se a concentração basal de H₂ no ar do pulmão solicitando que o paciente expire continuamente no aparelho;
- 2) Concentrações basais elevadas são sugestivas da ingestão de alimentos fermentativos na véspera. **Por isso, siga adequadamente as orientações do preparo para o exame não ser suspenso!**

Duração total do exame: aproximadamente 2 horas.

Preparo para o exame:

1) Quatro semanas antes do teste (um mês antes):

- Não tomar antibióticos oral ou venoso;
- Não tomar probióticos (ex: floratil, prolive, simbioflora, etc);
- Não ter sido submetido(a) à colonoscopia ou enema opaco (RX do intestino grosso com contraste), ou outro procedimento que necessitou de limpeza completa do cólon.

2) Uma semana antes do exame:

- Não usar procinéticos (domperidona, bromoprida, metoclopramida);
- Não ingerir laxantes (dulcolax, tamarine, lactulona, etc);
- Não fazer uso de suplementação de fibras (metamucil, benefiber, plantaben, etc).

3) Um dia antes do exame:

- Não ingerir leite ou derivados (queijo, coalhada, iogurte, etc);
- Não ingerir mel, refrigerantes, bebidas esportivas ou alcoólicas;
- Não comer nada que contenha fermento.

Alimentos **PERMITIDOS** um dia antes do exame:

Café, chá, água
Arroz, carne magra
Legumes cozidos: cenoura, chuchu, batata
Verduras cozidas: escarola, agrião, almeirão
Tempero: sal, vinagre, azeite, óleo vegetal
Frutas: mamão, pêra e banana
Sucos coados: limão, maracujá e laranja
Gelatina dietética

Alimentos **PROIBIDOS** um dia antes do exame:

Leite, iogurte, creme de leite
Bolachas, cereais em barra, pão
Tortas, macarrão e massas em geral
Legumes e verduras cruas, Grãos, feijão, milho e ervilha
Chocolates, doces e bolos, açúcar ou adoçante
Frutas em geral
Carnes gordas, frituras e frios
Bebidas alcoólicas e gasosas, mostarda, catchup e maionese



Sugestão de dieta para o dia anterior ao exame:

- **Café da manhã** - alimentos permitidos: leite de soja (Ades), chá, suco de soja, pão francês sem miolo, torrada, bolacha de água e sal, margarina, ovo frito ou mexido;
- **Almoço** - alimentos permitidos (em pequena quantidade): uma porção de frango, peixe ou carne, legumes e verduras cozidas (cenoura, batata, chuchu, abobrinha), uma porção de arroz, ovo frito ou mexido;
- **Jantar** - alimentos permitidos (em pequena quantidade): leite de soja (Ades), uma porção de frango, peixe ou carne, legumes e verduras cozidas (cenoura, batata, chuchu, abobrinha), uma porção de arroz, ovo frito ou mexido.

Importante: comer só até as 22:00 horas da noite (após as 22:00hs somente água está liberada)

4) No dia do exame:

- Se for diabético, não tomar o comprimido para diabetes;
- Continuar tomando as medicações de uso contínuo para pressão alta, colesterol, tireóide e outros. Não suspender esses medicamentos sem orientação médica;
- Não fumar ou realizar qualquer atividade física;
- Não escovar os dentes no dia do exame. Trazer sua escova de dente.

Observações:

- O teste respiratório trata-se de um exame não invasivo, sem anestesia, sem sedação e sem necessidade de acesso venoso (pegar veia);
- O exame será realizado na própria clínica sem a necessidade de acompanhante (para maiores de 18 anos). Será necessária permanência na clínica por cerca de 2 a 3 horas;
- Podem ocorrer sintomas devido a intolerância alimentar individual, como dor no abdômen, distensão, gases e diarreia.

Data do exame: ___/___/___ Horário: ___:___