

1. Alimentação

- Iniciar dois dias antes dieta antifermentativa.
- Os alimentos não poderão ser preparados com alho, cebola e temperos. Apenas sal, limão e azeite.

Dois dias antes	
Café da Manhã	Leite de soja (Ades), chá, suco de soja Pão francês sem o miolo, biscoito de água e sal, ovo cozido Banana e maçã.
Almoço	Uma porção de frango, peixe, carne ou ovo; Legumes e verduras cozidos (cenoura, batata, chuchu, abobrinha); Uma porção de arroz; Banana e maçã
Lanche	Biscoito de água e sal Banana e maçã
Jantar	Uma porção de frango, peixe ou carne; Legumes e verduras cozidos (cenoura, batata, chuchu, abobrinha); Uma porção de arroz; ovo; Banana e maçã.

Um dia antes

Café da Manhã

Chá, ovo cozido ou mexido; Tapioca (sem manteiga). Frutas: morango, kiwi, limão, abacate.

Almoço

Uma porção de frango, peixe ou carne, ovo cozido ou mexido; Uma porção de arroz; Banana e maçã.

Jantar

Uma porção de frango, peixe ou carne; Uma porção de arroz; ovo cozido ou mexido; Comer o mais cedo possível, num intervalo de 2 horas antes de deitar-se.

Alimentos Proibidos

Não ingerir repolho, couve, couve-flor, brócolis, espinafre, alho, cebola, macarrão, feijão, lentilha, ervilha, verduras cruas, aveia e linhaça.

Não utilizar leite, queijos e derivados lácteos.

Não ingerir refrigerantes, bebidas esportivas, água com gás e bebida alcoólica.

- Jejum de 12 horas (somente água está liberada)
- Durante exame não é permitido beber água, comer ou dormir.
- Não fumar no dia do exame ou realizar exercícios físicos

Importante: o não seguimento da dieta na véspera pode prejudicar o resultado do exame, gerar resultado falso ou inconclusivo e levar à necessidade de remarcação.

2. Orientações Importantes

Medicações a serem suspensas

Medicação	Suspender
Medicamentos procinéticos (Peridal®, Motilium®, Digesan®)	48 horas antes do exame
Medicamentos laxativos (exemplos: Peg-lax®, Muvinalax®, Tamarine®, Lactulona®) ou suplementação com fibras (exemplos: Metamucil®, Benefiber®, Plantaben®, Fibernorm®, Fibermais®)	1 semana antes do exame
Semaglutida (Ozempic®, Wegovy®, Rybelsis®)	21 dias
Dulaglutida (Trulicity®)	14 dias
Liraglutida (Saxenda®, Victoza®)	2 dias
Tirzepatida (Mounjaro®)	21 dias

Obrigatório

- Medicamentos crônicos/essenciais podem ser mantidos e tomados com pequena quantidade de água, evitando ingestão nas 2 h que antecedem o exame.
- **Importante:** pacientes diabéticos devem consultar seu médico assistente sobre o controle da glicemia antes de realizar o teste.
- Trazer pedido médico original.
- Proibido o uso de cigarro, cigarro eletrônico ou qualquer tipo de fumo 12h antes do exame.
- Não utilizar perfumes, desodorantes spray, álcool gel nas mãos imediatamente antes do exame e cosméticos com silicone (ex.: alguns protetores solares, hidratantes e produtos de cabelo/maquiagem).
- Evitar goma de mascar no dia do exame.
- Não pode ter feito ou estar fazendo uso de antibióticos (qualquer tipo) até 4 semanas antes do exame.
- Não utilizar enxaguante bucal com álcool no dia; o uso pode descalibrar e danificar o aparelho.
- Escovar os dentes normalmente, sem engolir pasta.
- Não pode ter feito colonoscopia, enema opaco ou qualquer outro exame do intestino até 15 dias antes do exame.
- O exame dura em média 2 a 3 horas. Venha com tempo disponível.
- Caso esteja com quadro infeccioso, ou febre, em uso de antibiótico, terminar o tratamento e remarcar o exame.

Unidade Tijuca: R. Conde de Bonfim, 497 – 2º andar

Para a segurança e o sucesso do seu exame, siga corretamente todas as recomendações acima. Evite que o seu exame seja suspenso!