

Area de Laboratorio	INSTRUCCIÓN PARA EL PACIENTE	IP - LGE - 013
	SOBRECARGA ORAL CON 75 GRAMOS DE GLUCOSA (S.O.G - 75)	Versión 1.2 Página 1 de 2

1. Breve Información:

Este procedimiento consiste en realizarle una extracción de sangre y, posteriormente administrarle una solución de 75 gramos de glucosa (en niños es 1.75g de glucosa/kg de peso, hasta un máximo de 75 gramos), tras la cual, a las 2 horas, le realizarán de nuevo 1 extracción de sangre. La duración total de la prueba es de algo más de 2 horas.

Si durante la prueba vomita, ésta se interrumpe y será repetida otro día.

2. Preparación previa del paciente:

2.1 LOS 3 DÍAS ANTERIORES A LA PRUEBA:

- Mantendrá una actividad física normal.
- Seguirá una dieta rica en hidratos de carbono (al menos 150 gr./día) (ver ejemplo).

2.2 EL DÍA ANTERIOR A LA PRUEBA:

- Evite el consumo de tabaco y desarrolle una actividad normal.
- CENA: La realizará a las 8 de la noche. Desde ese momento, y hasta que finalice la prueba al día siguiente, permanecerá en ayunas (sólo podrá tomar agua), no fumará ni realizará ningún tipo de ejercicio extraordinario.
- Deberá descansar adecuadamente, durmiendo 8 horas como mínimo.

2.3 EL DÍA DE LA PRUEBA:

- Se levantará con tiempo suficiente para llegar al Hospital sin prisas que le impidan encontrarse en reposo físico y psíquico.
- Acuda en ayunas y sin fumar entre las 07:30 y las 08:00 horas del día de su cita.

3. Durante la realización de la prueba

- Evitará toda actividad física y permanecerá sentado y sin fumar.
- Tras la administración de glucosa, no debe consumir nada excepto agua.

EJEMPLO DE DIETA

- Desayuno: 250 cc de leche con café o té y 10 g de azúcar
60 g de pan
25 g de mantequilla
- Comida: Un plato de 60 gramos de legumbres o cereales a escoger entre judías blancas, lentejas, garbanzos, pasta de sopa, o 50 gramos de arroz
- Un plato de verduras a escoger entre 250 g de espárragos, 250 g de tomate, 300 g de lechuga, 300 g de escarola.
- 1 plato de carne o pescado a escoger entre 150 g de vaca ó ternera, 200 g de pollo, 150 g de hígado, 200 g de besugo, 150 g de sardinas ó boquerones
- 200 g de manzana, pera ó plátano ó 300 g de naranja.
- Merienda: Igual que el desayuno
- Cena. Un plato a escoger entre 30 g de pasta, 200 g de judías verdes ó 300 g de acelgas
- Un plato de ensalada que conste de 100 g de tomate y 100 g de lechuga ó escarola
- Un plato de carne ó pescado igual que la comida

OBSERVACIONES

Aceite para todo el día 40 g (de girasol)

Los pesos de los alimentos corresponden siempre al alimento limpio antes de ser cocinado y las frutas se pesarán después de ser peladas