



Espirometría PREPARACIÓN

Fecha de actualización: enero de 2025.

Con esta prueba es posible revisar el **funcionamiento de tus pulmones**. Lo hacemos midiendo cuánto aire inhalas y exhalas, y con qué rapidez exhalas.

El examen puede durar entre **40 y 60 minutos**.

Evita hacerte el examen si tienes gripa, mucha tos, fiebre, flema o alguna infección respiratoria. **Recupérate primero**. Tampoco te lo hagas si tienes una crisis respiratoria o asma descompensada.

No te hagas la prueba si tuviste **un infarto u otra afección del corazón** recientemente.

Sigue estas **recomendaciones** el día de tu examen:



Usa ropa **holgada y cómoda** que te permita respirar profundamente.



Evita comer mucho antes de la prueba para que puedas **respirar con facilidad**.



No uses **medicamentos inhalados** el día de la prueba.



Si utilizas oxígeno habitualmente, puedes traerlo y usarlo excepto **en el momento del examen**.



No tomes bebidas con cafeína u oscuras como café, chocolate, colas, té oscuro ni energizantes.



No tomes **bebidas alcohólicas**.



Evita **hacer ejercicio**.



No fumes y permanece alejado del **humo del cigarrillo**.

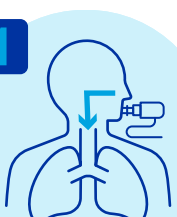
Durante el examen:

- Los niños o personas con discapacidad deben estar acompañados de una **persona competente** mayor de 18 años.

Conoce los **pasos de la prueba**:

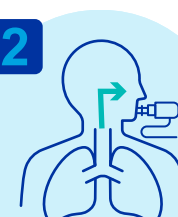
- Te recomendamos permanecer con **los labios bien cerrados** alrededor de la boquilla durante el examen.
- Te pondrán una pinza en la nariz para mantener los **orificios nasales cerrados**.

1



Haz una inspiración **normal**.

2



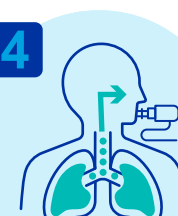
Exhala con suavidad hasta **vaciar tus pulmones** por completo.

3



Toma una gran inspiración **muy profunda** y llena tus pulmones de aire.

4



Exhala con **mucha fuerza** hasta que te digan que pares. Recuerda que debes seguir durante **6 segundos más**. Es posible que sientas que te quedas sin aire, pero hazlo para medir cada pequeña exhalación.

5



Cuando te digan que pares, **saca la boquilla y descansa**.

Ten presente que estos pasos se repetirán al menos 3 veces y pueden ser más.

Es posible que tengas dificultad para respirar o pequeños mareos después del examen.

Trae todos los **documentos**:



- Documento de identidad.



- Orden médica.



- Exámenes previos relacionados.



¡ASISTE A TIEMPO!

Llega 30 minutos antes del examen para realizar los trámites necesarios para el procedimiento.

Cuidados **después** del examen



Puedes realizar las actividades normales de tu vida diaria.

Gracias por seguir nuestras recomendaciones y contribuir para que tu estudio permita un correcto diagnóstico.