

Corba glucosa 75g

Instruccions:

1. Caldrà que seguiu una dieta rica en hidrats de carboni (més de 150 g), els 3 dies abans de la prova, inclosos els aliments ensucrats, pastissos, etc.
2. Presenteu-vos en el mòdul de l'extracció a l'hora indicada
3. Estigueu de 8 hores a 10 hores en dejú abans de l'extracció. Podeu beure aigua
4. Si preneu alguna medicació (especialment diürètics, corticoides...), indiqueu-ho al professional que us farà l'extracció
5. Us donarem una solució per via oral de 75 g de glucosa
6. La prova dura 2 hores, durant les quals haureu d'estar asseguda a la sala d'espera i no podeu fumar, menjar ni beure, llevat d'una mica d'aigua

Un exemple de dieta és el següent:



ESMORZAR:

- 60 g de pa
- 50 g de pernil o formatge
- Una fruita de 200 g
- Una tassa de llet amb sucre



DINAR:

- Amanida de tomàquet i enciam
- 50 g d'arròs, llenties, mongetes o cigrons (pes cru)
- 150 g de carn amb 100 g de patates fregides (pes cuit)
- 50 g de pa
- Una fruita de 200 g



BERENAR:

- Una tassa de llet amb sucre



SOPAR:

- 200 g de patata bullida amb 200 g de bledes, pèsols, faves, mongeta tendra o col i flor (pes cuit)
- 200 g de peix (pes cuit)
- Una fruita de 200 g
- 50 g de pa



Observacions:

- La forma de cuinar els aliments és indiferent.
- Es pot beure aigua amb gas o sense o una quantitat d'alcohol moderada (150 g de vi o una cervesa en tot el dia).