

Exame de bioimpedância: Análise de Composição Corporal

Prezado paciente, é de extrema importância seguir as orientações abaixo para que o exame seja o mais fidedigno possível, assim o profissional que irá analisar os resultados saberá a fiel composição corporal de seu paciente e a melhor decisão de tratamento.

■ Precauções a serem tomadas antes da condução do teste

- 1. Estar em jejum de líquidos (água, suco, café, chás) e alimentos sólidos 2 horas antes do exame;**
- 2. Não conduzir o teste após o banho ou sauna, ter intervalo de 2 horas;**
- 3. Vestimenta adequada: Homem: roupa íntima. Mulheres: roupa íntima. Não será feito o exame com outro tipo de traje.**
- 4. Conferir a altura antes de realizar o exame;**
5. Não fazer exercícios antes do teste, intervalo de 12 horas;
6. Evitar o consumo de bebida alcóolicas, alimentos ricos em cafeína (chocolates, chás escuros e café) nos dois dias que antecedem ao exame;
7. Não estar febril;
8. Usar o banheiro antes do teste (eliminar excesso de líquido e fezes, caso sinta necessidade);
9. Não se devem realizar medições durante o período menstrual. Marcar o exame para depois do término do ciclo menstrual (dar um intervalo de 7 dias após o termino). Para mulheres que fazem uso de anticoncepcional contínuo e não menstrua, desconsiderar este item;
10. Se estiver grávida (suspeita), usar marca-passos ou implantes eletrônicos, não poderá fazer o exame.
11. Ao conduzir um novo teste com a mesma pessoa certifique-se que seja conduzido em condições idênticas ao anterior para garantir a precisão nos resultados (vestir mesmo tipo de traje, jejum e etc).
- 12. Ir no dia do exame calçando chinelo ou sapatilha, afim de facilitar a troca de roupas, depois de você outro paciente está esperando para fazer o exame;**
- 13. Para um melhor atendimento e agilidade ir com o traje adequado por baixo da roupa.**
- 14. Chegar com 15 a 20 min de antecedência para fazer cadastro.**

O que a Bioimpedância Calcula:

- Peso
- Massa de músculo esquelético
- Massa de gordura corporal
- Água corporal total
- Massa livre de gordura
- IMC• Percentual de gordura corporal
- Relação cintura-quadril
- Taxa de metabolismo basal
- Controle de gordura
- Controle de músculos
- Análise segmentada de massa magra (quatro membros e tronco)
- Impedância de cada segmento.