

## ORIENTAÇÕES DE PREPARO PARA EXAMES E PROCEDIMENTOS

### BIOIMPEDÂNCIOMETRIA

#### ○ Orientações

O exame de bioimpedância é totalmente indolor e rápido, mas assim como outros exames biológicos requer algumas preparações antes de se submeter ao **EXAME**:

- Faça jejum de alimentos e bebidas nas **4 (quatro) horas** que antecedem o horário do exame;
- **Não** consuma **bebidas alcólicas 2 (dois) dias** antes do exame;
- **Não** consuma alimentos ricos em cafeína (chocolates, chás escuros e café) nos **2 (dois)** dias que antecedem o exame;
- No dia anterior e no dia do exame **não realize atividade física intensa e não frequente sauna**;
- **Não** estar em período menstrual (mulheres);
- **Não** estar febril no dia do exame;
- Tomar água até **2 horas antes do exame** (e manter este procedimento para os Próximos exames) ;
- **Urine** pelo menos **30 minutos** antes da realização do exame;
- **Usar** roupas confortáveis para a realização do exame;
- **Proibido** o uso de **Jeans** ou **calças com tecido pesado**.

#### ○ Na hora do exame:

- Objetos metálicos devem ser removidos (anéis, cordões, pulseiras, relógios metálicos, etc.) ;

#### ○ Quem não pode realizar o exame:

- Pessoas com marcapasso, ou outro aparelho eletrônico interno ao corpo que dê suporte a vida;
- Mulheres grávidas ou com suspeita de gravidez;
- **Grandes Obesos**, o exame não permite ficar com atrito de pele (não encostar pernas uma na outra e braços em tronco por exemplo)

**Obs: Se estes preparativos não forem cumpridos o exame não terá precisão.**

**Em caso de dúvidas, ligue: (11) 4745-3600**

A Suzanclin agradece sua confiança e deseja que tenha uma ótima experiência!