



Orientações para o Exame de Bioimpedância

NO DIA ANTERIOR AO EXAME:

- Faça jejum de alimentos e bebidas nas 4 horas que antecedem o horário do exame.
- Não consuma bebidas alcoólicas um dia antes do exame.
- Não realize atividade física intensa e não tome sauna.
- Não estar em período menstrual (mulheres).

NO DIA DO EXAME:

- Urine pelo menos 30 minutos antes da realização do exame.
- Objetos metálicos devem ser removidos abaixo da cabeça (anéis, pulseiras, relógios, etc.).
- Retirar excesso de roupa (exceto roupas íntimas).
- Não estar febril no dia do teste.

QUEM NÃO PODE REALIZAR O EXAME:

- Pessoas com marca-passo, ou outro aparelho eletrônico interno ao corpo que dê suporte a vida.
- Mulheres grávidas ou com suspeita de gravidez.