

### **Orientações para a primeira consulta**

Para obter uma maior precisão da análise de composição corporal por Bioimpedância, precisamos que você siga as seguintes orientações:

- Pontualidade: É importante que o paciente chegue dez minutos antes do horário marcado para responder ao questionário da consulta;
- Roupas leves: Venha com roupas leves ou traga para trocar na hora da medição. Ex.: Sunga, biquíni ou top com shorts usados em academia;
- O teste deve ser realizado 3h antes ou depois de qualquer refeição. A massa do alimento é contada como peso e isso pode alterar a medição corporal;
- Use o banheiro antes do teste. As fezes e urina são volumes presentes em seu corpo que podem resultar em erros na hora do resultado;
- Não beba álcool ou cafeína por, pelo menos, 24h antes do teste;
- Caso esteja fazendo uso de algum medicamento diurético, verifique com seu médico a possibilidade de suspender por, pelo menos, 24h antes do teste;

Empresarial Beta Suassuna

Praça de Casa Forte, 426 - Sala 110 | Recife - PE | CEP: 52061-420 | Fone (81) 3877.9449

[contato@vitallemedicina.com](mailto:contato@vitallemedicina.com) | [www.vitallemedicina.com](http://www.vitallemedicina.com)

- Não fazer exercícios intensos nas últimas 24h;
- Não fazer o teste após ter um banho de sauna. A transpiração causa transformações temporárias na composição corporal;
- Não fazer o teste durante o período menstrual;
- Ao marcar novamente o teste, certifique-se de que será no mesmo horário e condições idênticas que você fez o anterior.

Restrições: O teste de Bioimpedância é contra-indicado para portadores de marca-passo e gestantes.

Empresarial Beta Suassuna

Praça de Casa Forte, 426 - Sala 110 | Recife - PE | CEP: 52061-420 | Fone (81) 3877.9449

[contato@vitallemedicina.com](mailto:contato@vitallemedicina.com) | [www.vitallemedicina.com](http://www.vitallemedicina.com)