Orientações para Realizar o Exame de Bioimpedância

Por ser um exame sensível à presença de água no corpo, a análise da bioimpedância deve seguir uma padronização do seu método, a fim de se minimizar os erros de mensuração. Para isso, devem-se respeitar os seguintes procedimentos:

- O paciente deve permanecer em decúbito dorsal em repouso por pelo menos 10 minutos antes do exame;
- O paciente deve retirar objetos de metal presos ao corpo, como anéis e brincos;
- O paciente deve suspender o uso de medicamentos diuréticos no mínimo 24 horas antes da realização do teste;
- O paciente deve urinar pelo menos 30 min. antes;
- O consumo de alimentos e bebidas deve ser evitado até 4 horas antes de se realizar o teste.
- O exame deve ser feito com o paciente em repouso e a prática de exercícios até 8 horas anteriores não é recomendada;
- Medicamentos que cursem com retenção hídrica, se possível, devem ser retirados para a realização do exame.
- Não estar no período menstrual;
- Não estar febril;
- O paciente não deve ingerir álcool nas 48 horas que antecedem o exame, assim como evitar o consumo excessivo de chás, café e chimarrão na véspera;
- No dia anterior ao exame, o paciente deve evitar fazer exercícios físicos intensos.

Aparelho: Biodynamics BIA 450 Bioimpedance Analyzer (Registro na ANVISA 80443110002).

Fontes: Utilização da Bioimpedância para Avaliação da Massa Corpórea – Conselho Federal de Medicina, ABRAN e SBNPE (2009) e Manual do Fabricante.