

Análise de Composição Corporal – Bioimpedância Inbody 720

Como proceder para se obter resultados precisos com o InBody 720

A precisão de um teste envolvendo análise de composição corporal depende das condições do paciente e do ambiente onde o teste é conduzido. Antes da condução do teste, por favor, leia atentamente as instruções a seguir:

■ Precauções a serem tomadas antes da condução do teste

1. Pessoas que não devem realizar o Inbody

Usuários que possuem marcapasso ou outro equipamento eletromédico. Usuários com peças metálicas no corpo (placas, pinos, etc) que possam afetar a condutividade e conseqüentemente apresentar planilhas com resultados alterados ao final do teste.

2. Certifique-se de que o teste seja realizado antes de se alimentar

Nos casos que o examinado já tenha feito uma refeição, o teste deve ser adiado até que 2 horas tenham se passado desde a última refeição, pois como a massa do alimento é contada no peso, isso pode resultar em erros de medição da composição corporal.

3. Usar o banheiro antes do teste

Embora não apareçam entre os elementos que compõe o corpo, os volumes de urina e fezes são adicionados ao peso podendo levar a erros nos resultados.

4. Não fazer exercícios 12 horas antes do teste

Exercícios extenuantes ou movimentos vigorosos podem causar alterações temporárias na composição corporal.

5. Permanecer em pé por cerca de 5 minutos

Conduzir o teste imediatamente após estar deitado ou sentado por um longo período pode resultar em pequenas alterações nos resultados do teste. Isso se deve a tendência da água corporal de se mover para as extremidades inferiores do corpo tão logo a pessoa se coloque em pé.

6. Não conduzir o teste após o banho ou sauna.

A transpiração causa mudanças temporárias na composição corporal.

7. Não se devem realizar medições durante o período menstrual

Mulheres experimentam um aumento na água corporal durante o ciclo menstrual. Idealmente deve ser realizado entre o 7º e 21º dia do ciclo menstrual, quando há menos edema.

8. 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 roupa, antes de comer ou exercitar, retirar joias ou objetos metálicos).

9. Frequência entre os testes de análise de composição corporal

Usuários em tratamento que podem alterar a composição corporal do corpo (obesos, em reabilitação, em tratamento farmacológico) podem realizar os testes a cada três ou quatro semanas.