

Protocolo de preparo para Avaliação Bioespectral

Para maximizar a qualidade das imagens bioespectrais e reduzir interferências externas sobre a pele, microcirculação, metabolismo superficial, resposta inflamatória e regulação térmica corporal, siga cuidadosamente as orientações abaixo.

01. Cirurgias, quimioterapia e radioterapia

Se realizou cirurgia, concluiu quimioterapia ou radioterapia, recomenda-se aguardar pelo menos 3 meses antes da avaliação, especialmente quando a região avaliada foi diretamente envolvida no tratamento.

02. Procedimentos invasivos, biópsias ou traumas locais

Após biópsias, procedimentos invasivos, traumas, pancadas, queimaduras, inflamações locais ou procedimentos estéticos na área avaliada, informe a equipe antes do exame. Dependendo da região e intensidade, poderá ser necessário reagendar.

03. Bronzeamento natural ou artificial

Com bronzeamento recente, exposição solar intensa ou bronzeamento artificial, aguarde pelo menos 7 dias. Se houver vermelhidão, ardência, descamação ou irritação, aguarde a pele normalizar completamente.

04. Febre ou processo infeccioso recente

Se teve febre significativa, infecção aguda ou processo inflamatório importante, aguarde idealmente 48 horas após cessar a febre. Em casos mais intensos, poderá ser necessário aguardar mais tempo.

05. Compressão, exames ou estímulos físicos

Após mamografia, massagem profunda, drenagem intensa, fisioterapia, ventosaterapia, acupuntura, manipulação corporal, exame com compressão ou estímulo físico importante na região avaliada, aguarde aproximadamente 5 dias.

06. Sauna, vapor, bolsas quentes ou frias

Evite sauna, vapor, banheiras muito quentes, crioterapia, compressas quentes ou frias e contato prolongado com calor ou frio por pelo menos 24 horas antes da avaliação.

07. Cremes, loções, desodorantes e produtos na pele

No dia da avaliação, não utilize cremes, óleos, loções, pomadas, perfumes, maquiagem corporal, talcos, desodorantes ou antitranspirantes na pele ou axilas.

08. Depilação

Evite depilar ou raspar axilas e a região avaliada no dia do exame. Recomenda-se evitar depilação por 24 a 48 horas antes, especialmente se a pele costuma irritar.

09. Exercício físico e banho

Evite exercícios físicos, atividade intensa, banho quente, banho frio ou ducha por pelo menos 4 horas antes da avaliação.

10. Café, chá, fumo e estimulantes

Evite fumar, tomar café, chá, energéticos, bebidas muito quentes ou muito frias por pelo menos 2 horas antes, pois podem alterar microcirculação e padrão térmico da pele.

11. Medicamentos e substâncias de uso recente

Não suspenda medicamentos de uso contínuo sem orientação médica. Informe medicamentos, hormônios, anti-inflamatórios, analgésicos, vasodilatadores, vasoconstritores ou substâncias usadas nas últimas 24-48 horas.

12. Aclimação antes do exame

Chegue pelo menos 10 minutos antes para aclimatação térmica adequada. Durante esse período, evite tocar, massagear, coçar ou comprimir a região avaliada.

13. Roupas no dia da avaliação

Use roupas leves, soltas e confortáveis. Evite roupas apertadas, cintos, peças compressivas ou tecidos que deixem marcas na pele.

14. Uso de sutiã para avaliação das mamas

Para Avaliação Integrada dos Seios (AIS), recomenda-se não utilizar sutiã por pelo menos 12 horas antes, para evitar marcas de compressão e interferências no padrão térmico.

15. Ciclo menstrual

Para AIS, quando possível, o período ideal é entre 10 e 15 dias após o primeiro dia da última menstruação. Informe menopausa, pós-histerectomia, ciclos irregulares, gestação, lactação ou uso hormonal.

16. Joias, relógios e objetos metálicos

Antes da avaliação, remova joias, colares, brincos grandes, relógios, piercings removíveis, cintos e objetos que possam comprimir ou alterar a temperatura local.

Observação importante

A Avaliação Bioespectral é uma avaliação funcional e fisiológica que observa como processos internos do corpo podem se expressar externamente por padrões térmicos em diferentes regiões corporais. Integrada à anamnese e aos 9 aspectos de observação do método, contribui para analisar sinais relacionados à circulação, resposta inflamatória, assimetrias térmicas, regulação metabólica e dinâmica funcional.