Pílulas de Saúde

Mútua

VOCÊ REALMENTE SABE COMO O SEU CORPO CONSOME ENERGIA?

A **calorimetria indireta** é o exame mais preciso para medir o gasto energético em repouso, ou seja, quantas calorias seu corpo consome apenas para manter funções vitais como respirar, bombear sangue e regular a temperatura corporal.

No CDT do Centro, esse exame é realizado com um aparelho moderno e de alta precisão, que analisa a quantidade de oxigênio inspirado e de gás carbônico expirado. A partir desses dados, é possível entender, com exatidão, como está funcionando o seu metabolismo.

Por que isso é importante?

Diversas decisões clínicas, estratégias de saúde e **condutas nutricionais podem ser ajustadas com base nesse exame:**

- **controle de peso** (emagrecimento ou ganho de massa muscular);
- **apoio ao Serviço de Nutrição no planejamento alimentar personalizado;**
- **diagnóstico de metabolismo lento ou acelerado;**
- **otimização de treinos para performance esportiva ou reabilitação cardiometabólica.**

O CDT do Centro dispõe da **calorimetria indireta** com tecnologia de ponta, integrada ao nosso protocolo de atendimento. O exame é rápido, não invasivo e oferece dados valiosos para quem busca mais saúde e qualidade de vida.

A indicação e solicitação são feitas durante o *check-up* ou consulta médica.

Dr. Breno Giestal
Cardiologista