



**CONDICIONES CONSISTENTES
PROPORCIONAN
RESULTADOS CONSISTENTES.**



CONDICIONES CONSISTENTES PROPORCIONAN RESULTADOS CONSISTENTES

Los niveles de agua en el cuerpo fluctúan naturalmente durante el día y la noche. Cualquier cambio significativo en el nivel de agua del cuerpo puede afectar la medición de la composición corporal. Por ejemplo: el cuerpo tiende a estar más deshidratado al levantarse por la mañana, ya que viene de toda la noche de no consumir alimentos ni bebidas, por lo que si realizas la medición al levantarte, el peso será menos pero el % de grasa mayor. Ingerir grandes cantidades de alimento, consumir alcohol, la menstruación, alguna enfermedad, hacer ejercicios y bañarse incluso pueden alterar los niveles de hidratación corporal.

Para obtener la lectura más precisa y confiable es importante realizar la medición siempre bajo las mismas condiciones, **NESSS** sugiere hacerla antes de la comida de la tarde, es cuando los niveles de hidratación en el cuerpo están más estables.



 ventas@nesss.com.mx

 (55) 4744 4822

 (55) 8172 3275

www.nesss.com.mx