

Analisi della Composizione Corporea

effettuata da

DOTT. FILIPPO BIAMONTE

DOTT. FILIPPO BIAMONTE

Parametri rilevati

mario rossi

Età : 57 anni Sesso : Maschio

Staturò Ponderali

Statura : 183,0 cm Peso : 90,0 kg
 BMI (Body Mass Index) : 26,9 Sovrappeso

Antropometrici

Circonferenze

Braccio destro:	N/V cm	Radice coscia :	N/V cm
Braccio sinistro :	N/V cm	Mediana coscia :	N/V cm
Avambraccio :	N/V cm	S.Patellare destra:	N/V cm
Polso :	N/V cm	Polpaccio :	N/V cm
Vita :	98,0 cm	Caviglia:	N/V cm
Addominale :	N/V cm		
Fianchi :	102,0 cm		

Impedenziometrici

Impedenze

	Total Body	
	Z	ϕ
Impedenza a 50 kHz	340	7,1

Risultati

Determinazione dello Stato di Idratazione

L'acqua, componente principale del corpo, varia con l'età e con lo stato fisiologico. Ad esempio, costituisce il 58% circa del peso corporeo di un adulto normopeso, oltre il 70% nei primi mesi di vita e circa il 63% nell'infanzia. Occorre soddisfare il fabbisogno di acqua dell'organismo per garantire ogni funzione vitale delle cellule e dei tessuti. Nelle condizioni patologiche il contenuto di acqua può variare, discostandosi significativamente dai valori di normalità. Occorre valutare, inoltre, la ripartizione dell'acqua all'interno e all'esterno delle cellule in quanto un'espansione a livello extracellulare può essere sinonimo di una patologia in corso.

L'impedenziometria risulta una metodica accurata nella misurazione sia dell'acqua corporea totale (TBW) sia dell'acqua intra ed extracellulare (ICW ed ECW).

Nel suo caso l'analisi impedenziometrica ha portato al seguente risultato :

TBW (Acqua Corporea Totale)	65,52 lt	TBW/Peso	72,8 %	TBW/FFM	86,0 %
ICW (Acqua Intracellulare)	37,99 lt	ICW/TBW	62,4 %	ICW/Peso	42,2 %
ECW (Acqua Extracellulare)	27,53 lt	ECW/TBW	45,2 %	ECW/Peso	30,6 %
ECW/ICW	0,72				

Determinazione della Massa Magra

La massa magra (FFM) rappresenta la componente corporea costituita da muscoli, organi, ossa e fluidi. La massa magra è chimicamente costituita da proteine, acqua, minerali e in minima parte da zuccheri. Questi elementi risultano essenziali per il mantenimento dei processi vitali dell'organismo.

Farmaci, sedentarietà, malnutrizione, monotonia della dieta e molti altri fattori, possono ridurre la massa magra. Tali condizioni possono nuocere alla salute e diminuire il fabbisogno energetico e nutrizionale.

Nelle condizioni patologiche la perdita di massa magra riduce la capacità di difesa dell'organismo.

L'elaborazione dei dati impedenziometrici ha portato, nel suo caso, ai seguenti risultati :

FFM (Massa Magra)	76,2 kg	FFM/Peso	84,7 %
-------------------	---------	----------	--------

Determinazione della Massa Grassa

La massa grassa (FAT) rappresenta il tessuto adiposo sottocutaneo e viscerale, chimicamente composto da trigliceridi o grassi. La massa grassa varia in relazione all'età, al sesso, all'attività fisica, ai fattori genetici, ormonali, e più in generale in relazione allo stato nutrizionale individuale.

Ad esempio in un maschio adolescente la percentuale di massa grassa è prossima al 14%, mentre nella femmina adolescente al 18%. Negli adulti si ritiene accettabile una percentuale di massa grassa oscillante dal 20% al 26%. Negli anziani, diminuendo la massa muscolare, la percentuale di grasso corporeo potrebbe superare il 29%, anche in presenza di un peso nella norma. Nonostante l'assenza di un preciso valore di riferimento, si ritiene che la percentuale ideale sia intorno al 20-23%.

Negli stati di sovrappeso o di obesità le percentuali di grasso corporeo possono aumentare oltre i valori di riferimento, ed incrementare il rischio patologico di tipo cardiovascolare e metabolico.

La misura della massa grassa diventa allora importante al fine di prevenire incrementi pericolosi per la salute.

Nel suo caso la rilevazione dei dati impedenziometrici ha portato ai seguenti risultati :

FAT (Massa Grassa)	13,8 kg	FAT/Peso	15,3 %
--------------------	---------	----------	--------

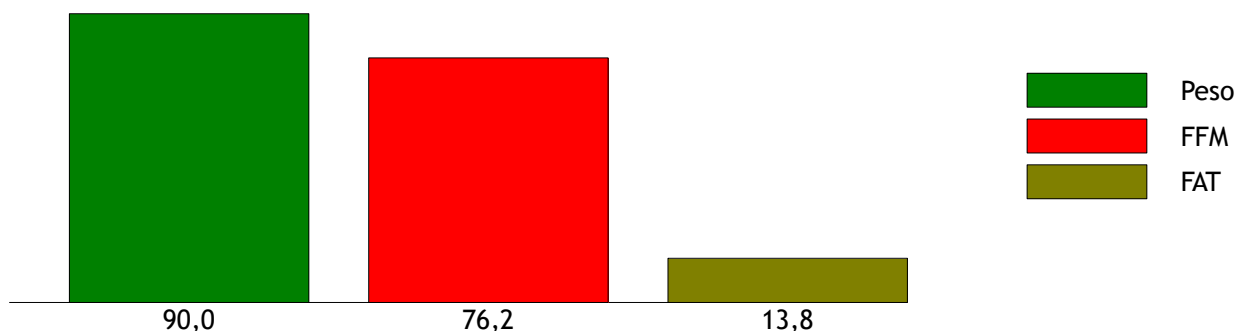
Risultati

Variazioni della Massa Magra e Grassa

In seguito alle terapie consigliate, quali dieta, esercizio fisico o farmaco, possono variare significativamente le componenti corporee principali.

E' necessario approfondire tali variazioni allo scopo di salvaguardare la massa magra e, con essa, l'efficienza metabolica dell'organismo.

FFM/FAT (Rapporto tra Massa Magra e Grassa) 5,5



Distribuzione del Grasso

La distribuzione del tessuto adiposo nella parte superiore del corpo (tronco) o in quella inferiore (fianchi e cosce) è utile per valutare la presenza del rischio patologico.

In particolare, il rapporto tra le circonferenze della vita e dei fianchi, oltre a definire il biotipo, consente la "predizione" del quadro patologico che potrebbe essere associato al grado di sovrappeso.

Rapporto Vita/Fianchi :	0,96
Rischio malattia cardiovascolare :	In aumento
Tessuto adiposo viscerale (VAT) :	196,35 cm²
Rischio cardiometabolico :	Rischio elevato
Biotipo :	Intermedio
Rischio Patologico :	Metabolico, Veno-Linfatico e Osteo-Articolare

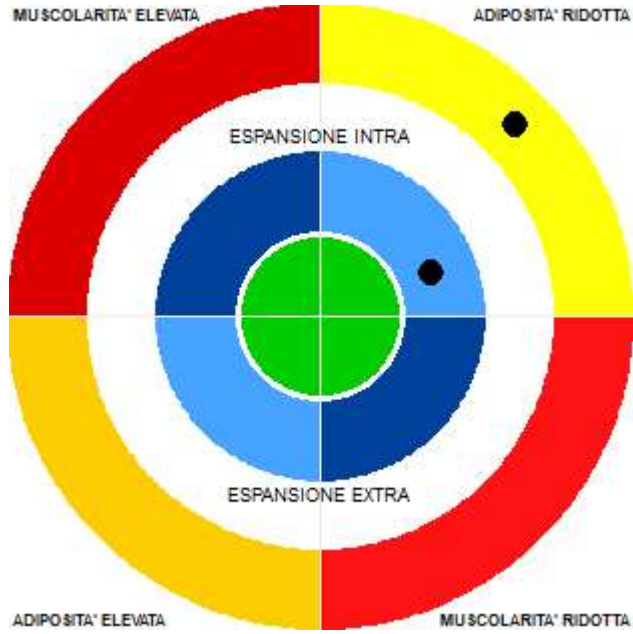
Determinazione delle componenti metaboliche

La frazione metabolicamente attiva (BCM) della massa magra, rappresenta la componente corporea implicata nei processi enzimatici, nel trasporto e nell'assorbimento dei nutrienti e, in generale, più attiva nel lavoro cellulare. L'impedenziometria fornisce indirettamente la misura della BCM, grazie all'ausilio di una specifica elaborazione dei parametri rilevati.

Nel suo caso, il risultato è il seguente :

BCM (Massa Cellulare)	43,8 kg	BCM/Peso	48,7 %	BCM/FFM	57,5 %
ECM (Massa Extra Cellulare)	32,4 kg	ECM/Peso	36,0 %	ECM/FFM	42,5 %
SM (Skeletal Muscle)	44,68 kg	SM/Peso	49,6 %	SM/FFM	58,6 %
SMI (Skeletal Muscle Index)	13,34	> 10.75			

Stato nutrizionale



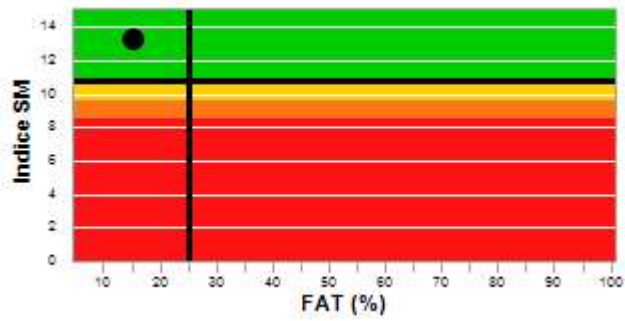
Stato nutrizionale:
Idratazione:
Adiposità:

Valutazione

66% Sufficiente
ICW leggermente sopra la norma
Scarsa

Valutazione della Massa muscolare

Stato Massa muscolare



Stato Massa muscolare: 13,34 Nella norma

Referto impedenziometrico

mario rossi

Data di nascita : 15/09/1962 Eta': 57 Sesso : Maschio Statura : 183,0 cm Peso : 90,0 kg

Dati antropometrici

Circonferenza braccio destro:	N/V cm	Circonferenza rad.coscia :	N/V cm
Circonferenza braccio sinistro :	N/V cm	Circonferenza med.coscia :	N/V cm
Circonferenza avambraccio :	N/V cm	Circonferenza s.patellare dx :	N/V cm
Circonferenza polso :	N/V cm	Circonferenza polpaccio :	N/V cm
Circonferenza vita :	98,0 cm	Circonferenza caviglia :	N/V cm
Circonferenza addominale :	N/V cm		
Circonferenza fianchi :	102,0 cm		

Dati impedenziometrici

	Total Body	
	Z	φ
50 kHz :	340	7,1

BMI (Indice Massa Corporea) :	26,9		Sovrappeso
Rapporto Vita/Fianchi :	0,96	Biotipo	Intermedio
Tessuto Adiposo Viscerale (VAT) :	196,35 cm ²		Rischio elevato

Fluidi corporei

			Rif. stato attuale	Valori di normalità
TBW (Acqua Corporea Totale) :	65,52 lt	72,8 %	52,0-58,0 %	58,0-64,0 %
ICW (Acqua Intracellulare) :	37,99 lt	62,4 %		58,0-62,0 %
ECW (Acqua Extracellulare) :	27,53 lt	45,2 %		38,0-42,0 %

Componenti corporee

FFM (Massa Magra) :	76,2 kg	84,7 %	75,0-78,0 %
FAT (Massa Grassa) :	13,8 kg	15,3 %	22,0-25,0 %
BMR (Metabolismo Basale) :	2016 kcal	8,44 MJ	
BCM (Massa Cellulare) :	43,8 kg	57,5 %	55,0-60,0 %
ECM (Massa Extracellulare) :	32,4 kg	42,5 %	40,0-45,0 %
Rapporto ECM/BCM :	0,74		< 1,0
BCMI (Indice Massa Cellulare) :	13,1		> 8,0-10,0
SM (Massa Muscolare) :	44,68 kg		
SMI (Indice Massa Muscolare) :	13,34		> 10,75

Stato elettrolitico

Rapporto Sodio/Potassio :	N/C	< 1,0
Rapporto Potassio/Peso :	N/C meq/kg	47 meq/kg

Obiettivi

Peso Desiderabile :	78,5 kg
FAT Desiderabile :	7,8 %
Massa da perdere :	11,5 kg

Prossimo controllo previsto in data ____/____/____