

Nicola Sangalli (41)

Sesso : M

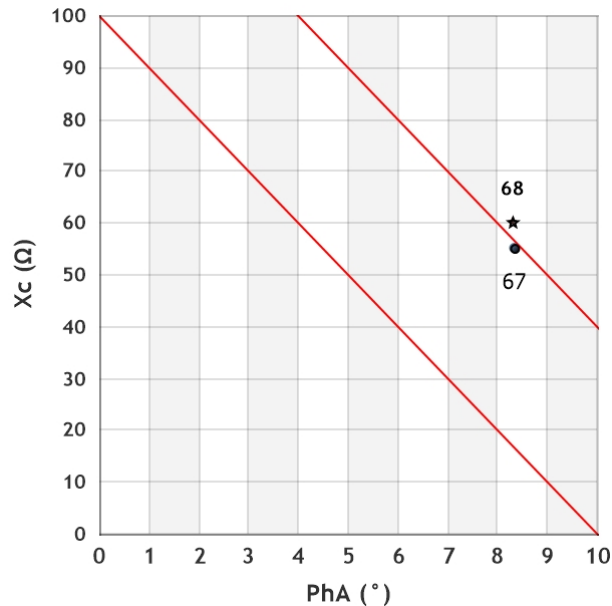
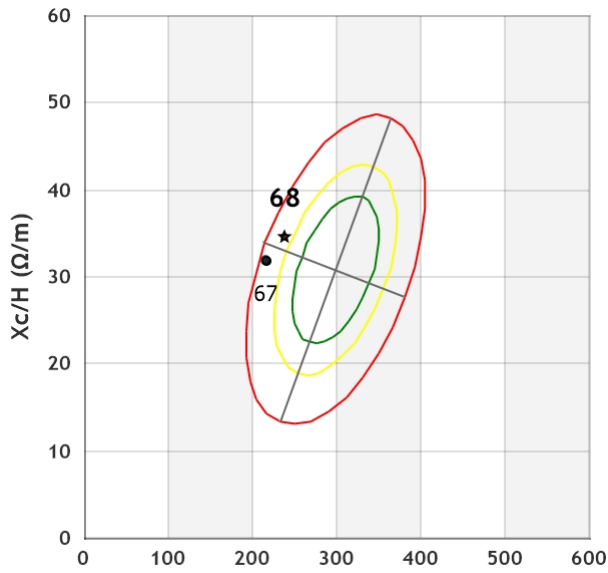
Data di nascita : 04/02/1978

esame del: 20/12/2018

RZ : 375 Ω XC : 55 Ω Pha: 8,3 °

Peso : 78,7 kg Altezza : 173,0 cm

I dati ottenuti con questa analisi permettono di porre le basi per una conoscenza analitica del nostro peso corporeo in termini di idratazione e tessuti cellulari. Attraverso misure bioelettriche siamo in grado di conoscere approfonditamente il nostro stato di idratazione, lo stato generale delle membrane cellulari, stimare la quantità di muscolo e grasso corporeo, conoscere il nostro metabolismo basale.



esame del: **20/12/2018**

Altezza **173,0 cm**

RZ **375 Ω** XC **55 Ω**

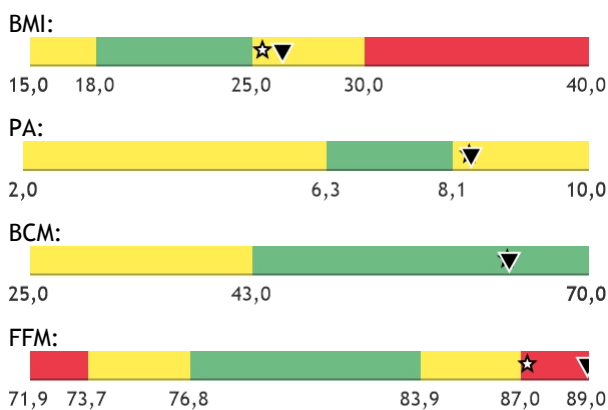
esame del: **20/01/2019** ★

Altezza **173,0 cm**

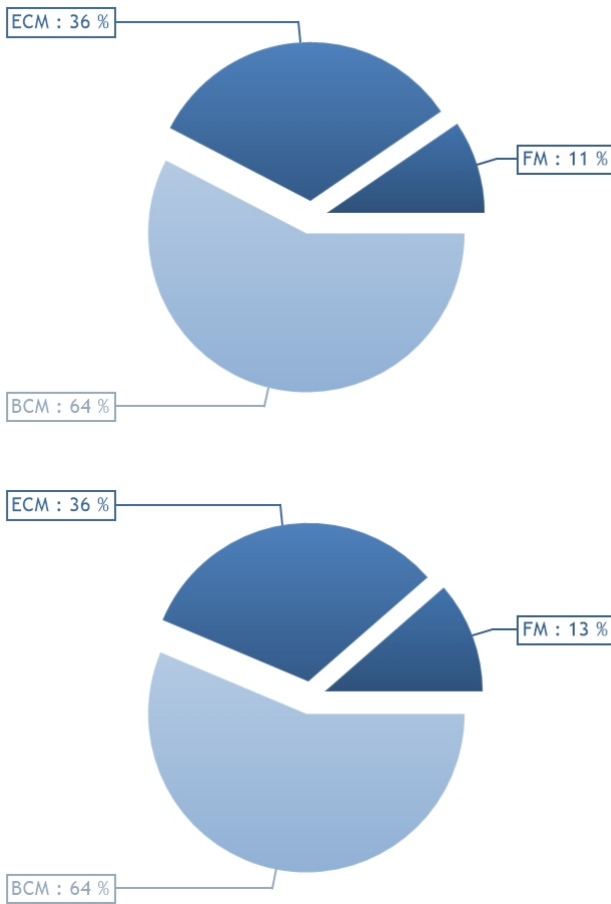
RZ **410 Ω** XC **60 Ω** Differenza con basale

Peso	78,7 kg
BMI:	26,3 kg/m ²
PhA:	8,3 °
BMR:	2049,8 kcal
BCM:	44,8 kg 63,6 % FFM
FFM:	70,4 kg 89,5 % Peso
FM:	8,3 kg 10,5 % Peso
TBW:	51,6 L 65,5 % Peso
ECW:	19,0 L 36,9 % TBW
Na /K :	1,0

Peso	76,0 kg	+ 2,7 Kg
BMI:	25,4 kg/m ²	+ 0,9 Kg/m ²
PhA:	8,3 °	+ 0,0 °
BMR:	1971,0 kcal	+ 78,8 kcal
BCM:	42,1 kg 63,6 % FFM	+ 0,0 %
FFM:	66,2 kg 87,1 % Peso	+ 2,4 %
FM:	9,8 kg 12,9 % Peso	- 2,4 %
TBW:	48,3 L 63,6 % Peso	+ 1,9 %
ECW:	17,9 L 37,0 % TBW	- 0,1 %
Na /K :	0,9	+ 0,1



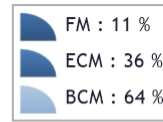
Valori stimati



FFM = BCM + ECM

20/12/2018

Modello Tricompartmentale



Questo modello grafico permette di comprendere se le proporzioni tra i vari compartimenti corporei sono nella norma e che cosa è variato nella nostra composizione corporea rispetto ai valori di riferimento oppure ad altri test effettuati. Il modello tricompartmentale è composto da tre distinti compartimenti funzionali: BCM = Massa Cellulare, componente metabolicamente attiva della massa magra, compartimento di cui il corpo umano dovrebbe essere dotato in abbondanza; ECM = Massa Extracellulare, dotata di minore potenziale metabolico, componente della massa magra composta da fluidi interstiziali, scheletro, collagene, legamenti; FM= Massa Grassa, costituisce il deposito di energia dell'organismo, è importante che questo accumulo non oltrepassi i limiti fisiologici

20/01/2019 ★

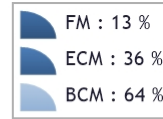
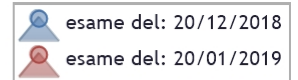
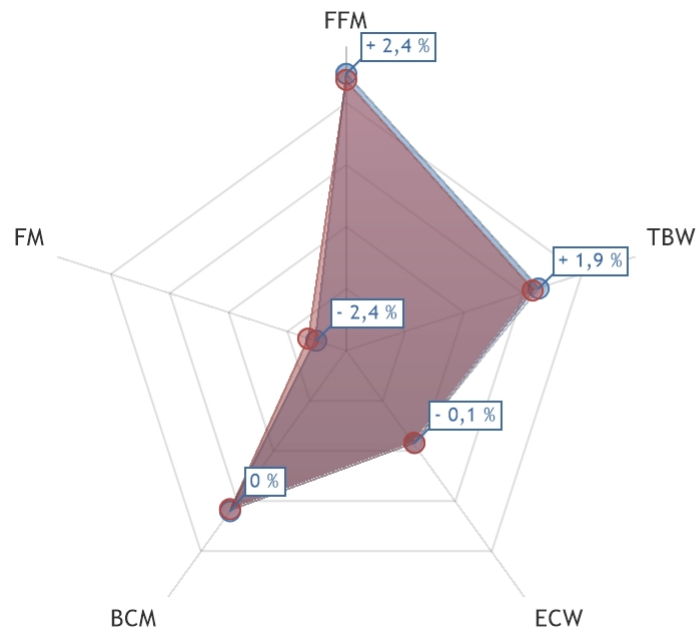


Grafico Polare

In questo grafico i dati delle misure sono riportati lungo assi distinti, che si diramano dal centro, in cui si vede il confronto fra l'esame basale ed il selezionato, differenziati da colori diversi.



Glossario

[Indice di Massa Corporea \(IMC\)](#)

E' un indice che esprime il rapporto tra peso ed altezza: un individuo può essere sottopeso (BMI minore di 18.5), normopeso (BMI tra 18.5 e 24.9), sovrappeso (BMI tra 25.0 e 29.9) oppure obeso (BMI maggiore di 30.0). E' importante ricordare che l'indice di massa corporea prende in considerazione il peso complessivo di un individuo, senza considerare separatamente il peso dei fluidi corporei, muscolo e grasso.

[Angolo di Fase \(PA\)](#)

Parametro elettrico che esprime la proporzione tra gli spazi intra ed extracellulari. In un essere umano sano il valore di angolo di fase oscilla tra 5 e 7 gradi.

[Massa Cellulare Corporea \(BCM\)](#)

E' la parte metabolicamente attiva dell'organismo che espleta tutto il lavoro funzionale, e il 'motore' del corpo in cui avvengono tutti i principali processi metabolici: dal consumo di ossigeno, l'ossidazione del glucosio, alla sintesi delle proteine.... E' la parte viva ed attiva dell'organismo, un compartimento di cui il corpo umano dovrebbe essere dotato in abbondanza.

[Massa Magra \(FFM\)](#)

E' il compartimento contenente tutto ciò che non è grasso corporeo: comprende lo scheletro, circa il 73% dei fluidi corporei, muscoli, pelle ed organi. Una buona forma fisica presuppone un valore di FFM del 77-85% rispetto al peso corporeo, dipendente dall'età del soggetto.

[Massa Grassa \(FM\)](#)

La Massa Grassa (FM) è un composto costituito dal glicerolo, una sostanza formata dagli acidi grassi, che è utilizzata come concentrato di energia per i muscoli. Una certa quantità di grasso è quindi necessaria sia come riserva energetica sia per il corretto svolgimento dei processi vitali. Un'altra piccola quantità, denominata grasso essenziale, ha una funzione di protezione degli organi interni, ma è importante che questo accumulo non oltrepassi i limiti fisiologici. Una buona forma fisica presuppone un valore di FM del 15-23% rispetto al peso corporeo dipendendo dell'età del soggetto.

[Acqua Totale \(TBW\)](#)

Rappresenta il principale componente del nostro organismo: è il compartimento che rappresenta i fluidi corporei totali presenti nel corpo. E' espressa come percentuale rispetto al peso corporeo; questo compartimento tende a diminuire con l'età, a causa della perdita fisiologica di FFM.

[Acqua Extracellulare \(ECW\)](#)

L'acqua extra cellulare (ECW) è composta dai fluidi all'esterno delle cellule. E' localizzata principalmente nello spazio intestiziale fra le cellule, all'interno dei vasi sanguigni, nei tessuti linfatici e nel liquido spinale.