seca

Resultados

Datos (paciente)

ID: -

Nombre: -

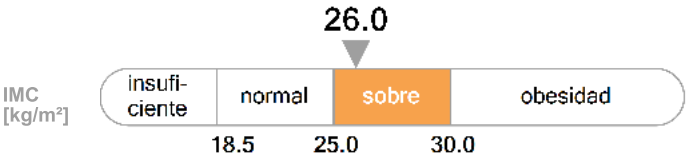
-	masculino	24.03.2022	12:11

IMC

Peso:
75.00 kg

IMC:
25.95 kg/m²

Estatura:
1.700 m

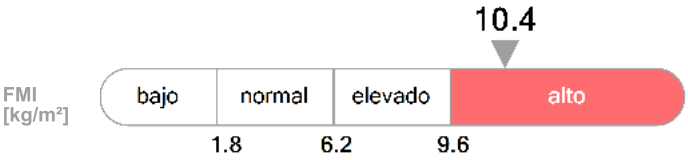


La primera evaluación del estado de nutrición de una persona se realiza midiéndola y pesándola. La relación entre el peso y la altura se expresa en el índice de **masa corporal (BMI)**. Cuanto mayor sea la precisión al determinar el peso y la altura, más exacto será también el BMI. Según la definición de la Organización mundial de la salud (OMS), a partir de 25 kg/m² se considera que un adulto presenta sobrepeso y, a partir de 30 kg/m², se considera que este es obeso; con un BMI inferior a *18,5 kg/m²* se habla de peso insuficiente. El BMI no permite llegar a conclusiones sobre la composición del cuerpo o sobre la distribución de músculos, grasa y agua en el cuerpo.
Especialmente los deportistas están considerados frecuentemente como personas con sobrepeso, porque debido a su gran masa muscular suelen tener un peso corporal elevado.

Masa grasa

Masa grasa (FM):
30.03 kg (40.0 %)*

Índice de masa grasa (FMI):
10.4 kg/m²

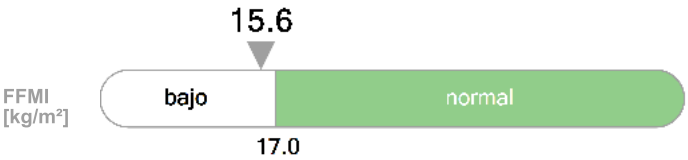


La masa grasa (FM) hace referencia al total de grasa presente en el cuerpo. Forma parte de ella, además de la grasa de depósito, la denominada grasa estructural. La grasa de depósito sirve como acumulador de energía y calor para el cuerpo. La grasa estructural es necesaria para vivir y desempeña una función importante en diversas zonas corporales; por ejemplo, ayuda a que se formen las células corporales y protege los órganos. Con un valor de FM elevado permanentemente aumenta el riesgo de sufrir diabetes y enfermedades cardiovasculares. En la representación gráfica se interpretará la FM individual con ayuda del IMC. A diferencia de los gráficos de IMC clásicos, se utiliza la FM en lugar del peso.

Masa magra

Masa magra (FFM):
44.97 kg (60.0 %)*

Índice de masa magra (FFMI):
15.6 kg/m²



La masa magra (FFM) se obtiene de la diferencia entre el peso y la masa grasa. La mayor proporción de FFM corresponde al agua corporal, con un promedio del 73,2 %. Pero también forman parte de la FFM los músculos, huesos, órganos, cartílagos, tendones y ligamentos. Al incrementar la musculatura puede aumentarse la FFM. La relación entre la FFM y la estatura muestra el índice de masa magra (FFMI). Un FFMI inferior a 15 en mujeres e inferior a 17 en hombres se considera criterio de una nutrición deficiente.

* proporción del peso corporal

seca

Resultados

Datos (paciente)

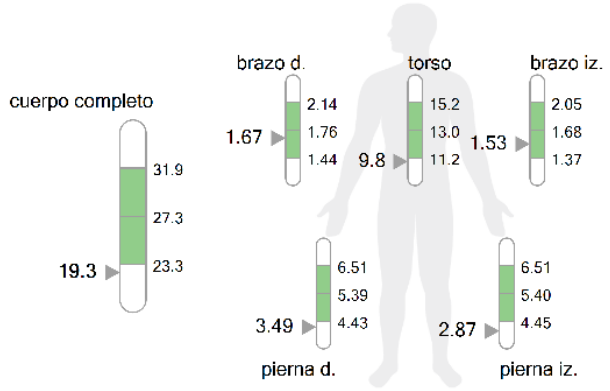
ID: -

Nombre: -

-	masculino	24.03.2022	12:11

Masa de músculo esquelético

Masa de músculo esquelético (SMM):
19.31 kg

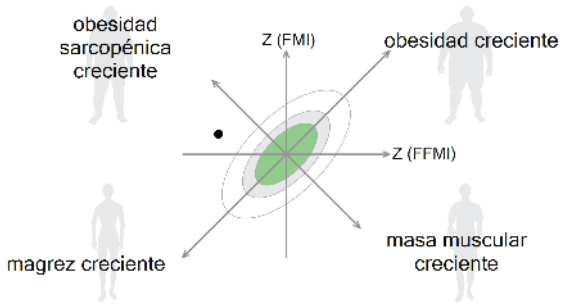


La masa muscular esquelética (SMM) comprende la masa de todos los músculos que mueven el cuerpo y aseguran la postura corporal. La masa muscular esquelética sirve también para producir calor (termogénesis). Los músculos esqueléticos contribuyen de forma considerable al consumo de energía. Si se desarrolla masa muscular esquelética, aumenta también el consumo de energía en reposo. Una masa muscular normal puede ayudar a evitar posibles trastornos del aparato locomotor.Además, la musculatura esquelética puede influir, a través de los neurotransmisores, en el sistema inmunitario, el metabolismo lipídico y la aparición de diabetes mellitus.

Cuadro de composición corporal

Índice de masa grasa (FMI):
10.4 kg/m²

Índice de masa magra (FFMI):
15.6 kg/m²



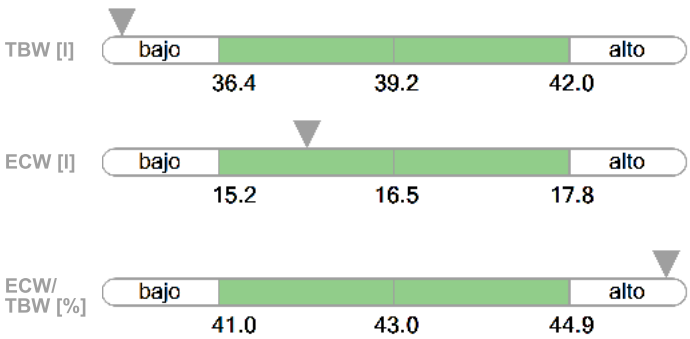
El Body Composition Chart (BCC) es la representación gráfica de la relación de la masa grasa (FM) con respecto a la masa magra (FFM) en un sistema de dos ejes. Para este fin, la FM se representa en el eje vertical y la FFM en el horizontal.Las elipses trazadas reproducen los márgenes de medición de un grupo de referencia de personas sanas. En caso de que el propio punto de medición se encuentre fuera de las elipses, esto solo significa una diferencia con respecto al grupo de referencia. Esto permite distinguir, por ejemplo, si un BMI elevado es debido a una elevada proporción muscular o de grasa.

Agua

Agua corporal total (TBW):
33.4 l (44.2 %)*

Agua extracelular (ECW):
15.9 l (21.0 %)*

ECW/TBW:
47.5 %



El agua corporal total (TBW) constituye en un adulto sano aproximadamente el 60 % del cuerpo. La cantidad de agua corporal disminuye a lo largo de la vida. En una persona sana, las dos terceras partes del agua corporal total se encuentran dentro de las células corporales, lo que en lenguaje especializado se denomina como "agua intracelular" (ICW), y una tercera parte fuera de las células, denominada "agua extracelular" (ECW).La relación ECW/TBW proporciona información sobre la distribución del agua corporal total en porcentaje.

* proporción del peso corporal

seca

Resultados

Datos (paciente)

ID: -

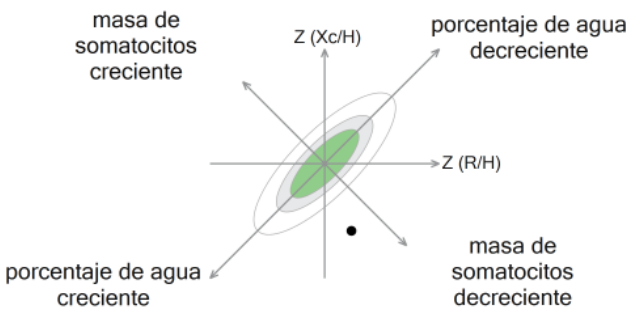
Nombre: -

-	masculino	24.03.2022	12:11

BIVA

Resistencia (R):
569.4 Ω

Reactancia (Xc):
42.1 Ω

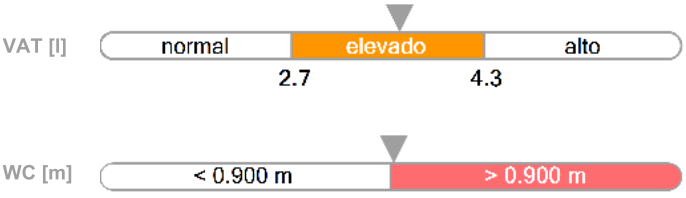


En el análisis del vector de impedancia bioeléctrica (BIVA) se examina la masa magra del cuerpo (FFM). En el gráfico se distingue el eje celular (diagonal desde abajo a la derecha hasta arriba a la izquierda) y el eje de agua (diagonal desde arriba a la derecha hasta abajo a la izquierda). El punto de medición individual ofrece información sobre la cantidad y la calidad de las células corporales, así como el equilibrio hídrico biológico del cuerpo.Las elipses trazadas reproducen los márgenes de medición de un grupo de referencia de personas sanas. En caso de que el propio punto de medición se encuentre fuera de las elipses, esto solo significa una diferencia con respecto al grupo de referencia.

Grasa visceral & Circunferencia de cintura

Grasa visceral (VAT):
3.6 l

Circunferencia de cintura (WC):
0.91 m

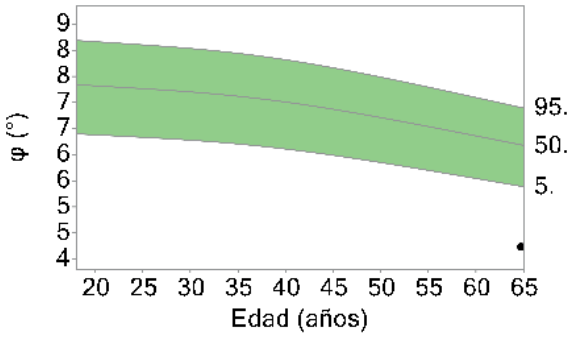


La circunferencia de cintura (WC) permite llegar a conclusiones acerca de la grasa corporal ubicada en la cavidad abdominal. Esta grasa abdominal, llamada también grasa visceral, es un factor de riesgo para enfermedades vasculares (arteriosclerosis) y diabetes mellitus tipo 2, que pueden ocasionar infartos de miocardio y accidentes cerebrovasculares. Existe un riesgo elevado en mujeres a partir de 80 cm y en hombres a partir de 94 cm de circunferencia de cintura. Existe un riesgo muy elevado en mujeres a partir de 88 cm y en hombres a partir de 102 cm de circunferencia de cintura.

Ángulo de fase

Ángulo de fase (φ):
4.2°

Percentile:
1.



El ángulo de fase φ es una medida de la cantidad y la calidad de las células corporales. φ permite llegar a conclusiones sobre el estado de alimentación y de salud de una persona. Un ángulo de fase elevado es equiparable a una buena condición física. Por lo general, el ángulo de fase disminuye a lo largo de la vida. Las mujeres tienen un ángulo de fase relativamente más bajo que los hombres.

* proporción del peso corporal

seca

Resultados

Datos (paciente)

ID: -

Nombre: -

-	masculino	24.03.2022	12:11

Energía

TEE:
1759 kcal/ día

Ingesta óptima de energía:

PAL:
1.2

Duración:

REE:
1466 kcal/ día

Objetivo del tratamiento:

El consumo de energía en reposo (REE) representa la cantidad de energía que debe gastar un cuerpo para mantener las funciones vitales normales, tales como la respiración, la digestión, el sistema cardiovascular, etc. El REE depende de la edad, la estatura, el peso y el sexo de la persona, y representa un porcentaje de aprox. el 60-70 % del consumo de energía total. El consumo de energía total (TEE) representa la energía que una persona necesita diariamente, y tiene en cuenta, además del REE, la energía necesaria para la actividad física, que varía considerablemente de un individuo a otro. El TTE se puede aumentar incrementando la actividad física.

* proporción del peso corporal