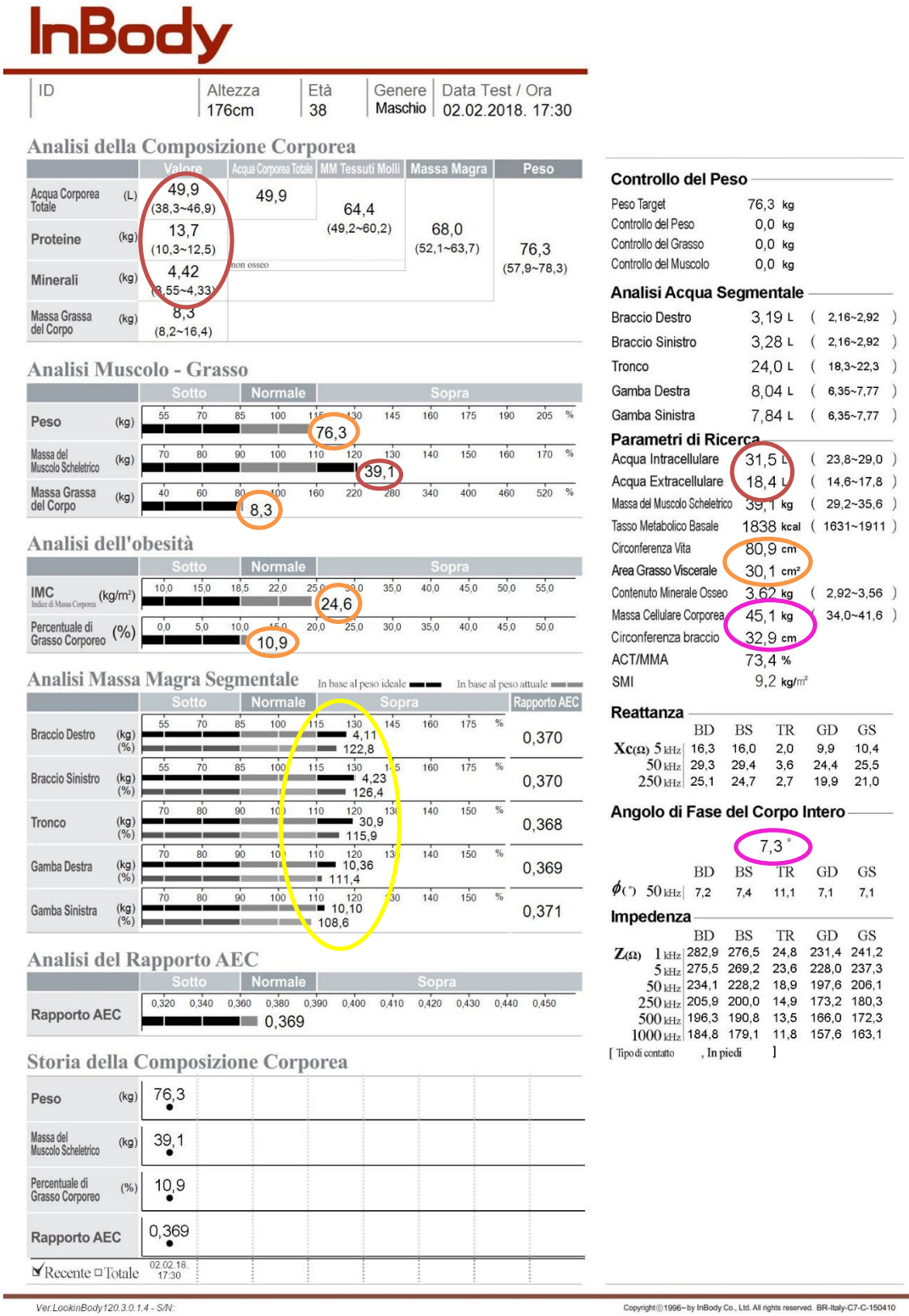
CASO PRATICO 4: elevata massa muscolare

ANAMNESI: uomo di 38 anni, svolge attività sportiva in palestra quotidianamente da anni.



InBody

ID	Altezza	Età	Genere	Data Test / Ora
	176cm	38	Maschio	02.02.2018. 17:30

Analisi della Composizione Corporea

	Valore	Acqua Corporea Totale	MM Tessuti Molli	Massa Magra	Peso
Acqua Corporea Totale (L)	49,9 (38,3~46,9)	49,9			
Proteine (kg)	13,7 (10,3~12,5)		64,4 (49,2~60,2)	68,0 (52,1~63,7)	76,3 (57,9~78,3)
Minerali (kg)	4,42 (3,55~4,33)				
Massa Grassa del Corpo (kg)	8,3 (8,2~16,4)				

Analisi Muscolo - Grasso

	Sotto	Normale	Sopra	
Peso (kg)	55 70 85 100 115 130 145 160 175 190 205 %	76,3		
Massa del Muscolo Scheletrico (kg)	70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170 %	39,1		
Massa Grassa del Corpo (kg)	40 60 80 100 160 220 280 340 400 460 520 %	8,3		

Analisi dell'obesità

	Sotto	Normale	Sopra	
IMC (kg/m²) Indice di Massa Corporea	10,0 15,0 18,5 22,0 25,0 30,0 35,0 40,0 45,0 50,0 55,0	24,6		
Percentuale di Grasso Corporeo (%)	0,0 5,0 10,0 15,0 20,0 25,0 30,0 35,0 40,0 45,0 50,0	10,9		

Analisi Massa Magra Segmentale In base al peso ideale — In base al peso attuale —

	Sotto	Normale	Sopra	Rapporto AEC
Braccio Destro (kg) (%)	55 70 85 100 115 130 145 160 175 %	4,11 122,8		0,370
Braccio Sinistro (kg) (%)	55 70 85 100 115 130 145 160 175 %	4,23 126,4		0,370
Tronco (kg) (%)	70 80 90 100 110 120 130 140 150 %	30,9 115,9		0,368
Gamba Destra (kg) (%)	70 80 90 100 110 120 130 140 150 %	10,36 111,4		0,369
Gamba Sinistra (kg) (%)	70 80 90 100 110 120 130 140 150 %	10,10 108,6		0,371

Analisi del Rapporto AEC

	Sotto	Normale	Sopra
Rapporto AEC	0,320 0,340 0,360 0,380 0,390 0,400 0,410 0,420 0,430 0,440 0,450	0,369	

Storia della Composizione Corporea

Peso (kg)	76,3
Massa del Muscolo Scheletrico (kg)	39,1
Percentuale di Grasso Corporeo (%)	10,9
Rapporto AEC	0,369

☑ Recente ☐ Totale 02.02.18. 17:30

Controllo del Peso

Peso Target	76,3 kg	
Controllo del Peso	0,0 kg	
Controllo del Grasso	0,0 kg	
Controllo del Muscolo	0,0 kg	

Analisi Acqua Segmentale

Braccio Destro	3,19 L	(2,16~2,92)
Braccio Sinistro	3,28 L	(2,16~2,92)
Tronco	24,0 L	(18,3~22,3)
Gamba Destra	8,04 L	(6,35~7,77)
Gamba Sinistra	7,84 L	(6,35~7,77)

Parametri di Ricerca

Acqua Intracellulare	31,5 L	(23,8~29,0)
Acqua Extracellulare	18,4 L	(14,6~17,8)
Massa del Muscolo Scheletrico	39,1 kg	(29,2~35,6)
Tasso Metabolico Basale	1838 kcal	(1631~1911)
Circonferenza Vita	80,9 cm	
Area Grasso Viscerale	30,1 cm²	
Contenuto Minerale Osseo	3,62 kg	(2,92~3,56)
Massa Cellulare Corporea	45,1 kg	(34,0~41,6)
Circonferenza braccio	32,9 cm	
ACT/MMA	73,4 %	
SMI	9,2 kg/m²	

Reattanza

Xc(Ω)	BD	BS	TR	GD	GS
5 kHz	16,3	16,0	2,0	9,9	10,4
50 kHz	29,3	29,4	3,6	24,4	25,5
250 kHz	25,1	24,7	2,7	19,9	21,0

Angolo di Fase del Corpo Intero

7,3 °

ϕ(°)	BD	BS	TR	GD	GS
50 kHz	7,2	7,4	11,1	7,1	7,1

Impedenza

Z(Ω)	BD	BS	TR	GD	GS
1 kHz	282,9	276,5	24,8	231,4	241,2
5 kHz	275,5	269,2	23,6	228,0	237,3
50 kHz	234,1	228,2	18,9	197,6	206,1
250 kHz	205,9	200,0	14,9	173,2	180,3
500 kHz	196,3	190,8	13,5	166,0	172,3
1000 kHz	184,8	179,1	11,8	157,6	163,1

[Tipo di contatto , In piedi]

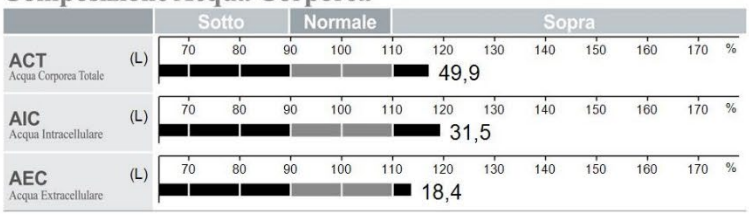
Ver.LookinBody120.3.0.1.4 - S/N:

Copyright©1996~ by InBody Co., Ltd. All rights reserved. BR-Italy-C7-C-150410

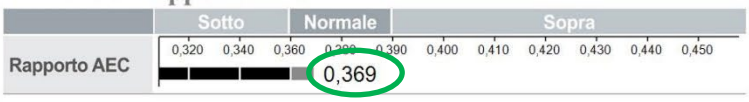
InBody Corporea Totale

ID	Altezza	Età	Genere	Data Test / Ora
	176cm	38	Maschio	02.02.2018. 17:30

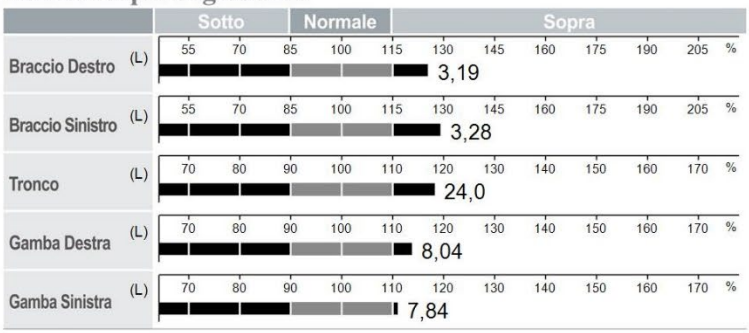
Composizione Acqua Corporea



Analisi del Rapporto AEC



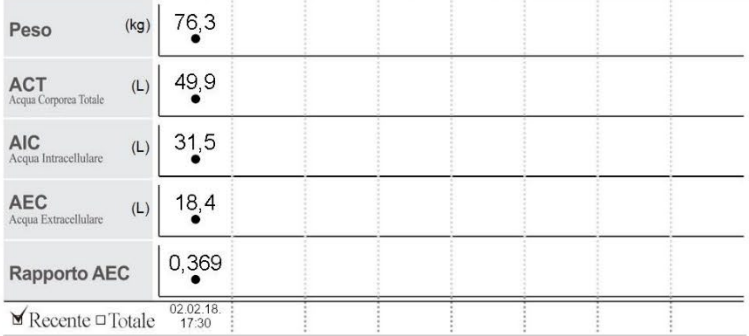
Analisi Acqua Segmentale



Analisi Rapporto AEC Segmentale



Storia della Composizione dell'Acqua Corporea



Composizione Acqua Corporea

Acqua Corporea Totale	49,9 L	(38,3~46,9)
Acqua Intracellulare	31,5 L	(23,8~29,0)
Acqua Extracellulare	18,4 L	(14,6~17,8)

Analisi Acqua Segmentale

Braccio Destro	3,19 L	(2,16~2,92)
Braccio Sinistro	3,28 L	(2,16~2,92)
Tronco	24,0 L	(18,3~22,3)
Gamba Destra	8,04 L	(6,35~7,77)
Gamba Sinistra	7,84 L	(6,35~7,77)

Analisi della Composizione Corporea

Proteine	13,7 kg	(10,3~12,5)
Minerali	4,42 kg	(3,55~4,33)
Massa Grassa del Corpo	8,3 kg	(8,2~16,4)
Massa Magra	68,0 kg	(52,1~63,7)
Contenuto Minerale Osseo	3,62 kg	(2,92~3,56)

Analisi Muscolo - Grasso

Peso	76,3 kg	(57,9~78,3)
Massa del Muscolo Scheletrico	39,1 kg	(29,2~35,6)
Massa Magra	64,4 kg	(49,2~60,2)
Massa Grassa del Corpo	8,3 kg	(8,2~16,4)

Analisi dell'obesità

IMC	24,6 kg/m²	(18,5~25,0)
Percentuale di Grasso Corporeo	10,9 %	(10,0~20,0)

Parametri di Ricerca

Tasso Metabolico Basale	1838 kcal	(1631~1911)
Area Grasso Viscerale	30,1 cm²	
Massa Cellulare Corporea	45,1 kg	(34,0~41,6)
Circonferenza Muscolare del Braccio	31,4 cm	
ACT/MMA	73,4 %	

Reattanza

Xc(Ω)	BD	BS	TR	GD	GS
5 kHz	16,3	16,0	2,0	9,9	10,4
50 kHz	29,3	29,4	3,6	24,4	25,5
250 kHz	25,1	24,7	2,7	19,9	21,0

Impedenza

Z(Ω)	BD	BS	TR	GD	GS
1 kHz	282,9	276,5	24,8	231,4	241,2
5 kHz	275,5	269,2	23,6	228,0	237,3
50 kHz	234,1	228,2	18,9	197,6	206,1
250 kHz	205,9	200,0	14,9	173,2	180,3
500 kHz	196,3	190,8	13,5	166,0	172,3
1000 kHz	184,8	179,1	11,8	157,6	163,1

[Tipo di contatto , In piedi]

Copyright©1996~by InBody Co., Ltd. All rights reserved. BR-Italy-00-B-140530

VALUTAZIONE DEL PESO, DELLA MASSA GRASSA E ANALISI DEL RISCHIO CARDIOVASCOLARE

Il **peso corporeo** e il **BMI** risultano ai limiti superiori del range normale, mentre la **massa grassa** è ai limiti inferiori. **Il livello di grasso viscerale** è nella norma (< 100cm²), così come la **circonferenza vita** (< 94 cm).

VALUTAZIONE DELLA MUSCOLARITA'

Il **muscolo scheletrico** è notevolmente aumentato e **il grafico muscolo-grasso è quello tipico di una persona allenata, a forma di "D".** La massa muscolare aumentata fa sì che alcuni parametri siano al di sopra del range di normalità: l'**acqua corporea totale** (insieme alla componente **intracellulare** ed **extracellulare**), le **proteine**, i **minerali** corporei e la **massa cellulare corporea**.

SIMMETRIA CORPOREA

All'analisi della **massa magra segmentale** non si rilevano asimmetrie corporee significative. È dunque presente un buon equilibrio in termini di massa magra tra i vari segmenti corporei.

ANALISI DELL'IDRATAZIONE CORPOREA

Il rapporto AEC (edema index) a tutto corpo e segmentale è nella norma; dunque, lo stato di idratazione è normale.

STATO NUTRIZIONALE

L'angolo di fase, la **circonferenza del braccio** e la **massa cellulare corporea** sono nella norma.

COMMENTO: la composizione corporea è quella tipica di una persona allenata, con massa muscolare ben sviluppata e massa grassa nella norma. La funzione "controllo del peso" non dà alcuna indicazione, perché la composizione corporea di questo soggetto è già ottimale.

OBIETTIVI E PARAMETRI DA MONITORARE

Mantenere l'attuale composizione corporea.