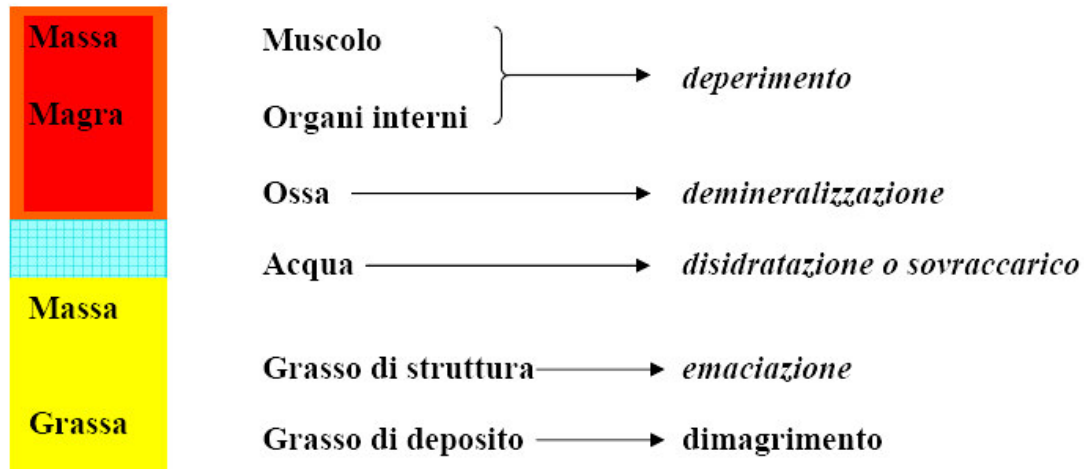


Cosa è la Bioimpedenziometria?

La Bioimpedenziometria è un sistema indolore di valutazione della massa corporea conduttiva.

Come è noto il corpo umano è costituito da differenti tessuti, tra cui muscoli, organi “parenchimatosi” quali fegato, cuore ed altri, acqua, osso e diversi tipi di tessuto adiposo.

La riduzione di questi tessuti *che spesso viene confusa con il dimagrimento* porta a conseguenze diverse:



La semplice misurazione del *peso corporeo* ci fornisce indicazioni quantitative ma non qualitative (in pratica valuto solo “quanti kg ho perso” ma non conosco “che cosa ho perso”): al contrario, la Bioimpedenziometria consente di differenziare nel corso di un dimagrimento da restrizione calorica la perdita di massa magra da quella di massa grassa.

In sintesi, la Bioimpedenziometria permette di:

- valutare quanto grasso c’è nel corpo prima di iniziare la dieta
- calcolare il metabolismo basale e quindi adattare la dieta
- escludere o valutare l’entità di eventuali stati di ritenzione idrica
- verificare se l’acqua totale in valore assoluto e non rimane stabile, indicando un sostanziale equilibrio idrico.
- dimostrare che la dieta sta realmente facendo perdere tessuto adiposo, e non altri tessuti più importanti.