

INFORME DE LA COMPOSICIÓN CORPORAL

Sample Cancer Patient

PACIENTE10

10 August 2009

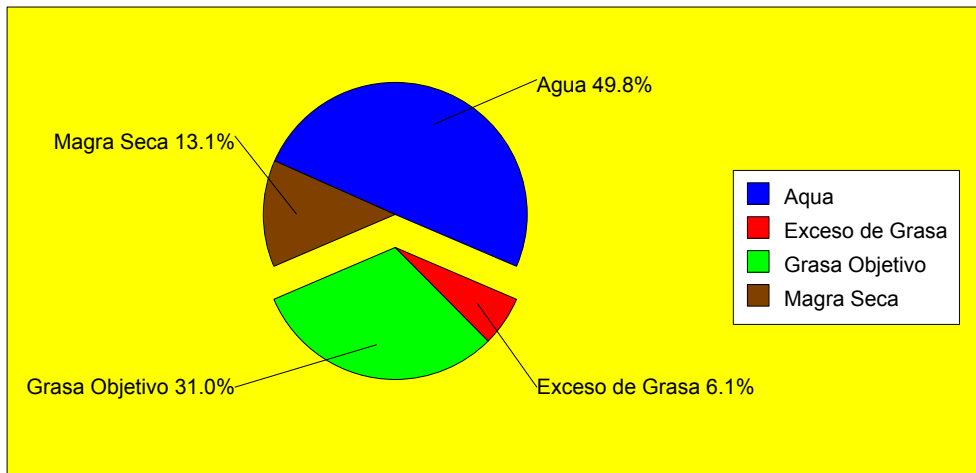
SEXO	Mujer	PESO	65.0 kg
EDAD	63	ESTATURA	163 cm
ACTIVIDAD	Muy Baja	IMPEDANCIA	589
		RN	1

	Medido	Límite Normal	Medido %	Límite Normal
Peso Corporal <i>(Composición)</i>	65.0 kg	52 kg a 59 kg		
Peso de la Grasa	24.1 kg	12 kg a 17 kg	37.1%	22% a 31%
Peso Muscular	40.9 kg	39 kg a 44 kg	62.9%	69% a 78%
Agua Corporal	32.4 lts	33 lts a 39 lts	49.8%	50% a 60%
Peso Masa Magra Seca	8.5 kg			

Metabolismo Basal 1332 kcal/día (20.5 kcal/kg)
M.B. calcula la Energía necesaria en reposo.

Metabolismo Actividad 1865 kcal/día
Seleccione el nivel estimado de energía que su cuerpo necesita para su nivel de actividad.

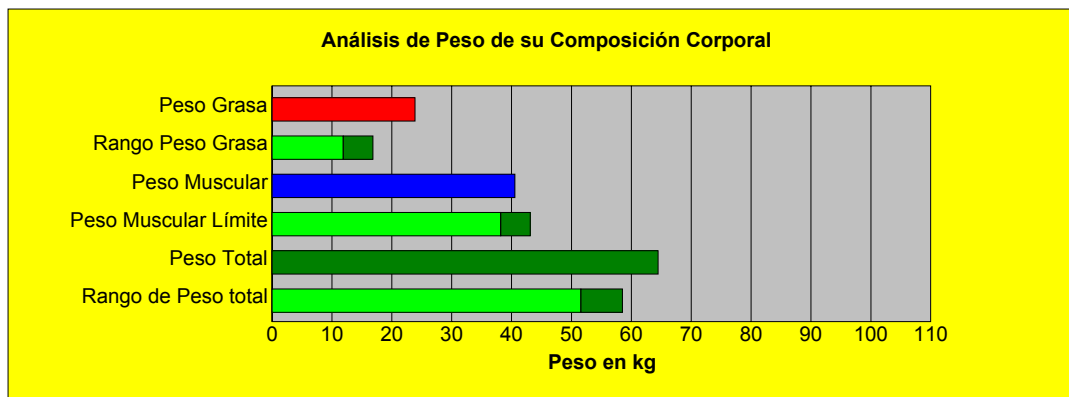
Peso : alto
Grasa % : alto
Agua % : bajo



INFORME DE LA COMPOSICION CORPORAL

Sample Cancer Patient

10 August 2009



PESO TOTAL DE LA GRASA CORPORAL **24.1 kg** **37.1%**

La proporción normal de grasa para usted está entre los siguientes límites **22% a 31%**.

Su proporción de grasa es **ALTA** para su edad y sexo.

En condiciones normales, no debe reducir los niveles de grasa por debajo de los límites recomendados, las grasas son esenciales para el buen funcionamiento del cuerpo y una buena salud.

PESO TOTAL DE LA MASA MAGRA CORPORAL **40.9 kg** **62.9%**

La proporción normal de masa magra para usted está en los límites **69% a 78%**.

Su proporción de masa magra es **BAJO** para su edad y sexo.

El peso magro consta de músculo, agua y hueso.

El peso de la masa magra seca no incluye la cantidad de agua del tejido magro. Debe ser estrictamente monitorizada para asegurar, bajo condiciones normales, que no existe o si existe es mínima, la pérdida de músculo y hueso, particularmente durante el proceso de envejecimiento.

Nunca utilice el peso magro como peso objetivo.

TOTAL CORPORAL **65.0 kg**

Su Composición corporal tiene un límite de peso estimado de **52 kg a 59 kg**.

Su peso corporal esta más alto del límite "Normal".

Este exceso de peso aumenta los riesgos para la salud.

Debe comprobar la presión sanguínea y los niveles de colesterol.

Se aconseja reducir de peso despacio.

Reducir su toma cotidiana dietética en 551 kcal debe conseguir una pérdida de peso de 0.5 kg por semana.

COMPOSICION CORPORAL

Su composición corporal **NO** está dentro del límite **NORMAL**.

Esto puede ser normal debido a factores genéticos. Debe rebajar su peso en grasa. Su consejero nutricional puede aconsejarle un programa dietético/ejercicio.

Emplée **BODYSTAT** para controlar regularmente la composición de su cuerpo.

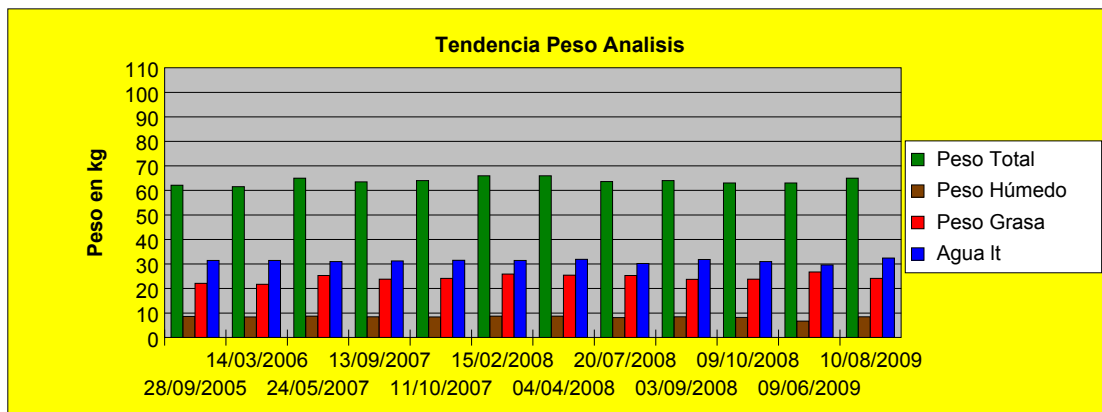
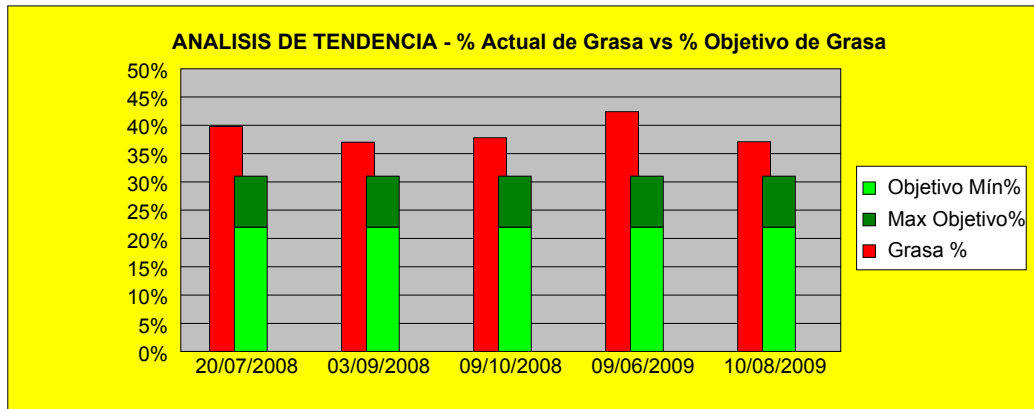
BODYSTAT INFORME DE TENDENCIA

Sample Cancer Patient

RN = 1

CÓDIGO PACIENTE 10

10 August 2009



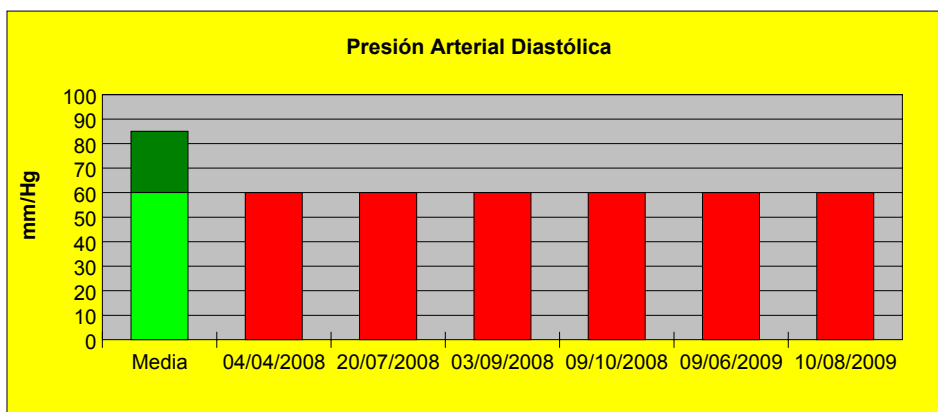
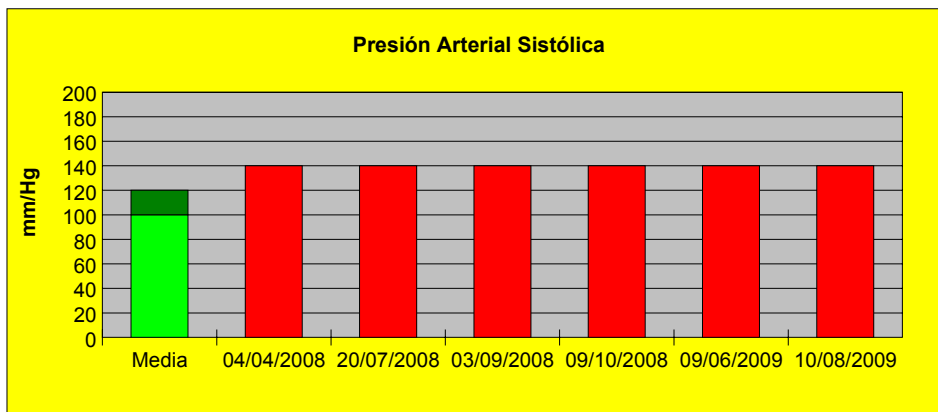
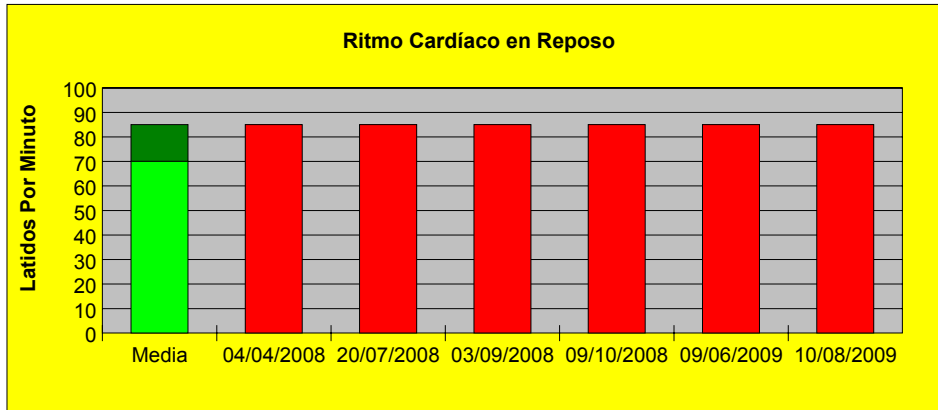
<u>Fecha</u>	<u>Corporal</u> <u>kg</u>	<u>Muscular</u> <u>kg</u>	<u>Grasa</u> <u>kg</u>	<u>Grasa %</u>	<u>Objetivo %</u>	<u>Gasto Met.</u> <u>kcal/kg</u>	<u>Peso seco</u> <u>kg</u>	<u>Agua</u> <u>Lts</u>	<u>Imped</u>	<u>WH Relación</u>
28/09/2005	62.1	40.0	22.1	35.6	26	21.1	8.6	31.4	613	1.00
14/03/2006	61.5	39.8	21.7	35.3	26	21.3	8.4	31.4	611	1.00
24/05/2007	65.0	39.7	25.3	38.9	26	20.1	8.7	31.0	641	0.94
13/09/2007	63.5	39.7	23.8	37.5	26	20.6	8.5	31.2	628	0.94
11/10/2007	64.0	39.9	24.1	37.7	26	20.5	8.4	31.5	618	0.77
15/02/2008	66.0	40.1	25.9	39.2	26	19.9	8.7	31.4	630	0.77
04/04/2008	66.0	40.6	25.4	38.5	26	20.1	8.7	31.9	611	0.77
20/07/2008	63.6	38.3	25.3	39.8	26	20.0	8.1	30.2	658	0.77
03/09/2008	64.0	40.3	23.7	37.0	26	20.6	8.5	31.8	605	0.77
09/10/2008	63.0	39.2	23.8	37.8	26	20.6	8.2	31.0	631	0.77
09/06/2009	63.0	36.3	26.7	42.4	26	19.5	6.7	29.6	633	0.77
10/08/2009	65.0	40.9	24.1	37.1	26	20.5	8.5	32.4	589	0.77

BODYSTAT INFORME DE TENDENCIA

Sample Cancer Patient

CÓDIGO PACIENTE 10

10 August 2009

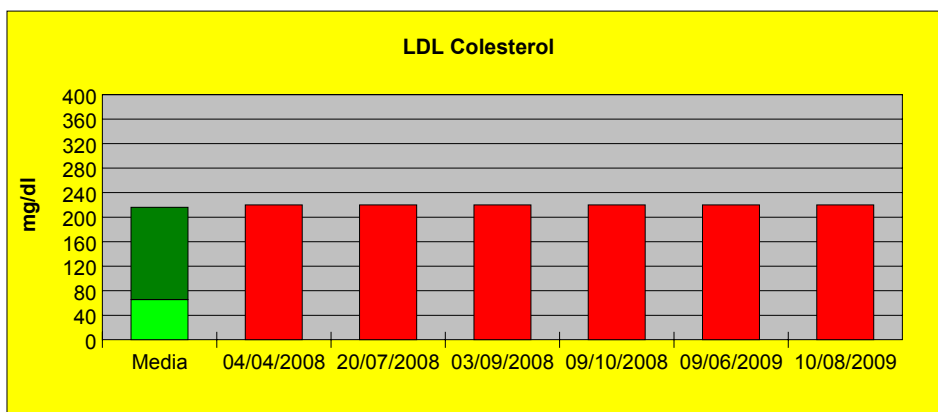
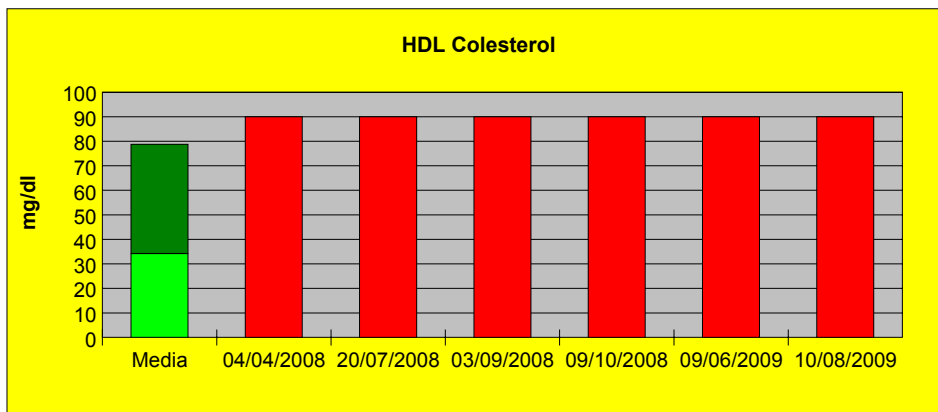
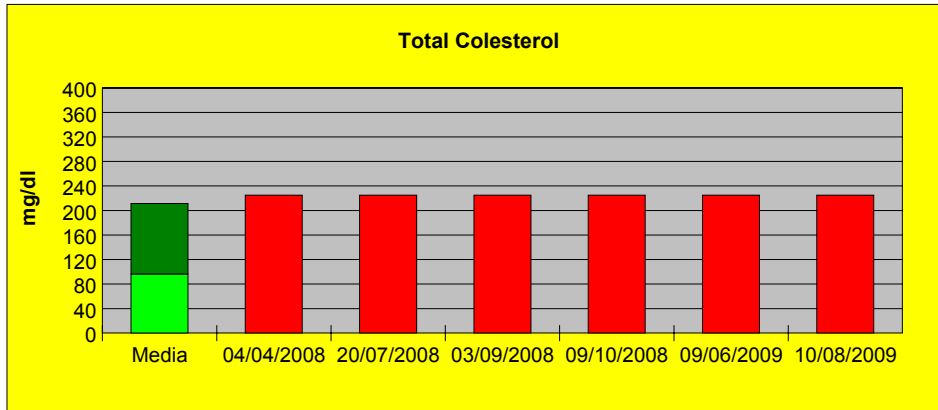


BODYSTAT INFORME DE TENDENCIA

Sample Cancer Patient

CÓDIGO PACIENTE 10

10 August 2009

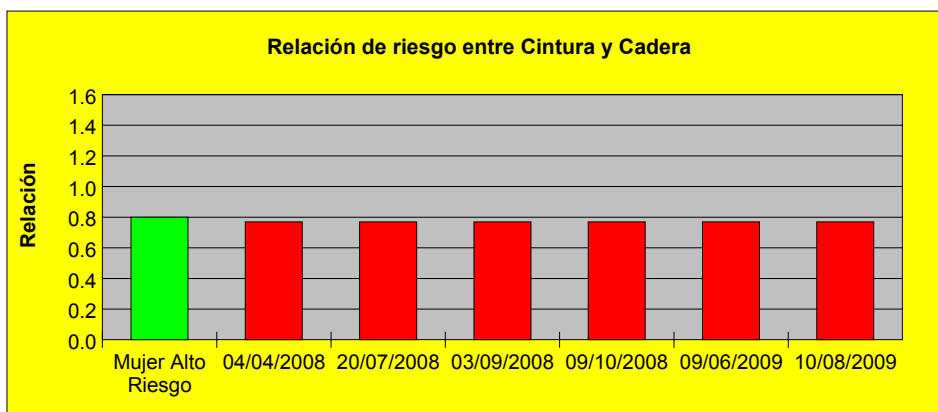
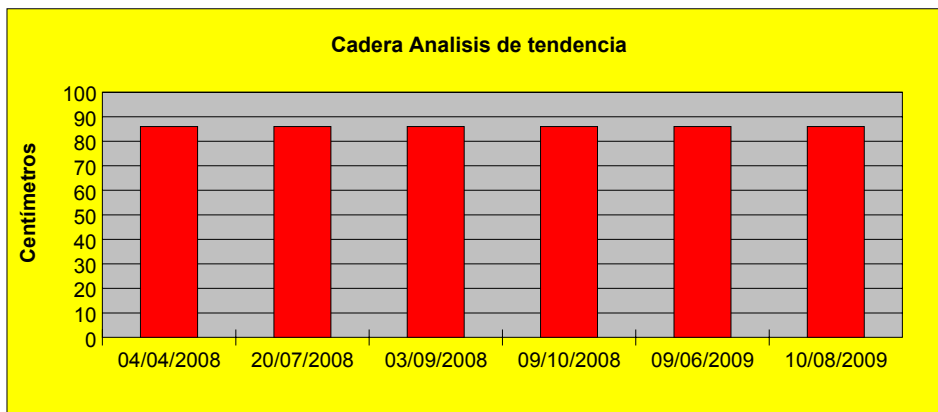
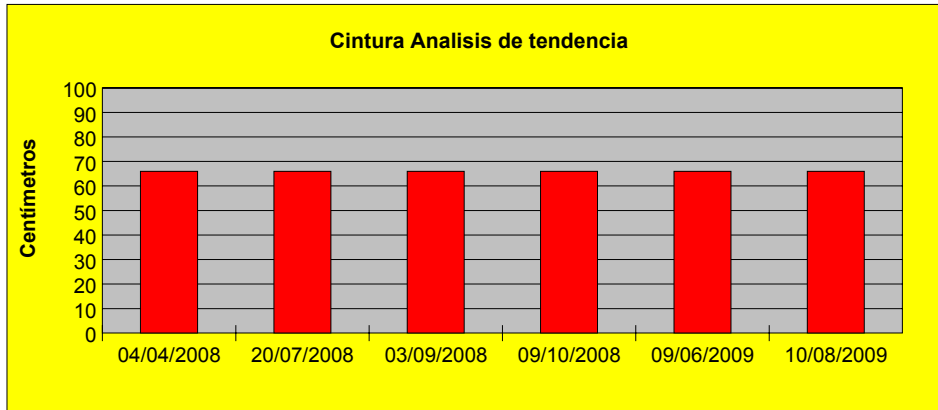


BODYSTAT INFORME DE TENDENCIA

Sample Cancer Patient

CÓDIGO PACIENTE 10

10 August 2009

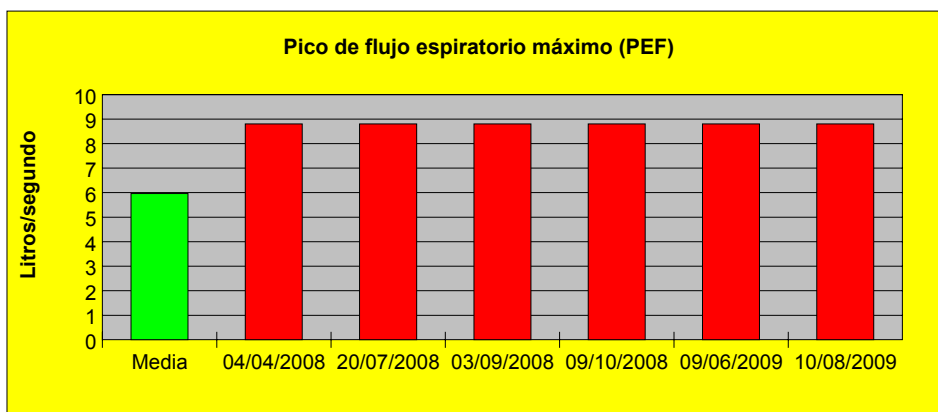
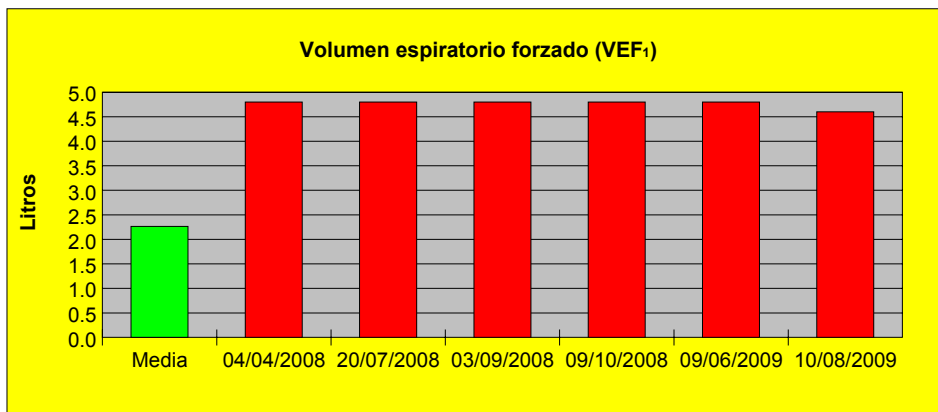
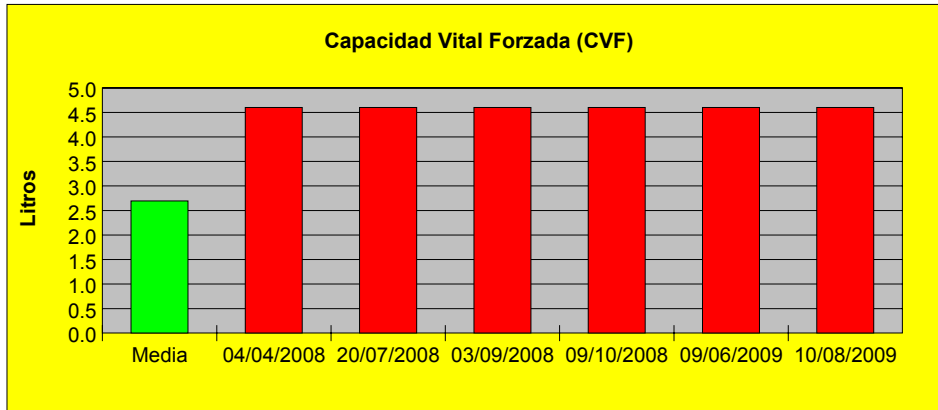


BODYSTAT INFORME DE TENDENCIA

Sample Cancer Patient

CÓDIGO PACIENTE 10

10 August 2009



BODYSTAT HISTORIAL DE GRAFICAS

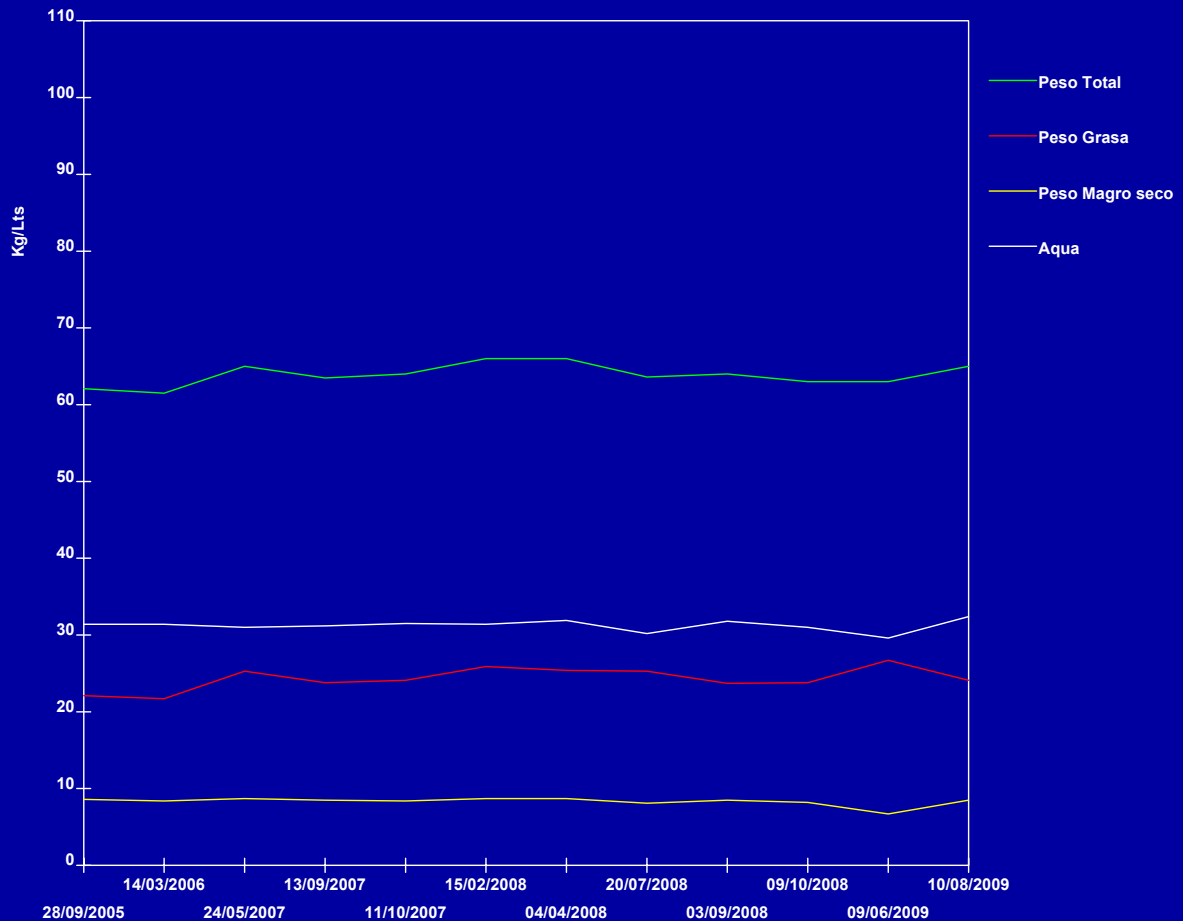
Sample Cancer Patient

CÓDIGO PACIENTE 10

10 August 2009

	<u>Comenzar</u>	<u>Fin</u>	<u>Varianza</u>	<u>% Varianza</u>
Fecha	28/09/2005	10/08/2009		
Peso Total	62.1 kg	65.0 kg	2.9 kg	4.7 %
Peso Grasa	22.1 kg	24.1 kg	2.0 kg	9.0 %
Peso Magro seco	8.6 kg	8.5 kg	-0.1 kg	-1.2 %
Agua lts	31.4 lts	32.4 lts	1.0 lts	3.2 %
Imp 50kHz	613	589		

Gráfico de Histórico de Composición corporal



INFORME DEL PESO Y ACTIVIDAD

Sample Cancer Patient

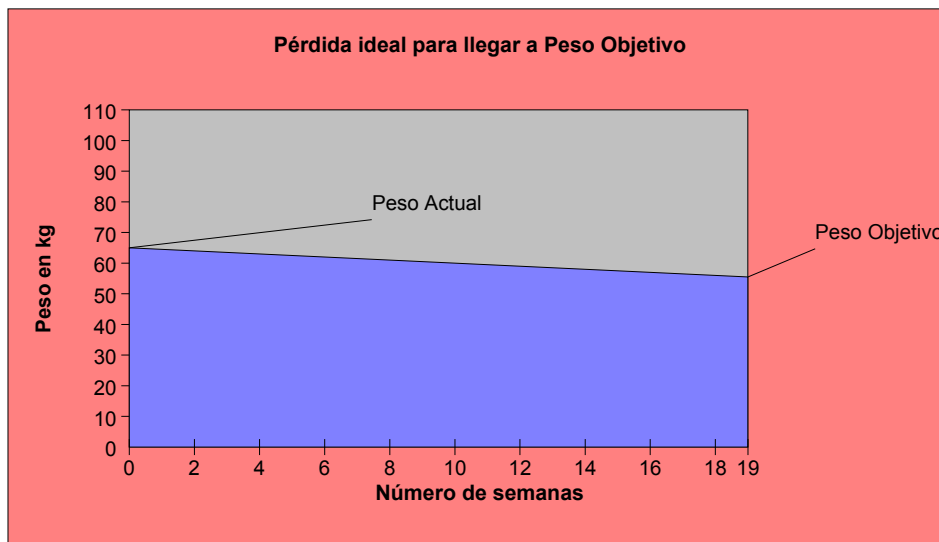
CÓDIGO PACIENTE 10

10 August 2009

Peso corporal	65.0 kg
Peso objetivo	55.5 kg
Variación del peso	-0.5 kg/semana
Variación de la dieta	-550 kcal/día
Cambio de actividad	0 kcal/día

Para perder 0.5 kg/semana necesita reducir su ingestión dietética en -550 kcal/día.

Esto le permitirá alcanzar su peso objetivo de 55.5 kg en 19 semanas.

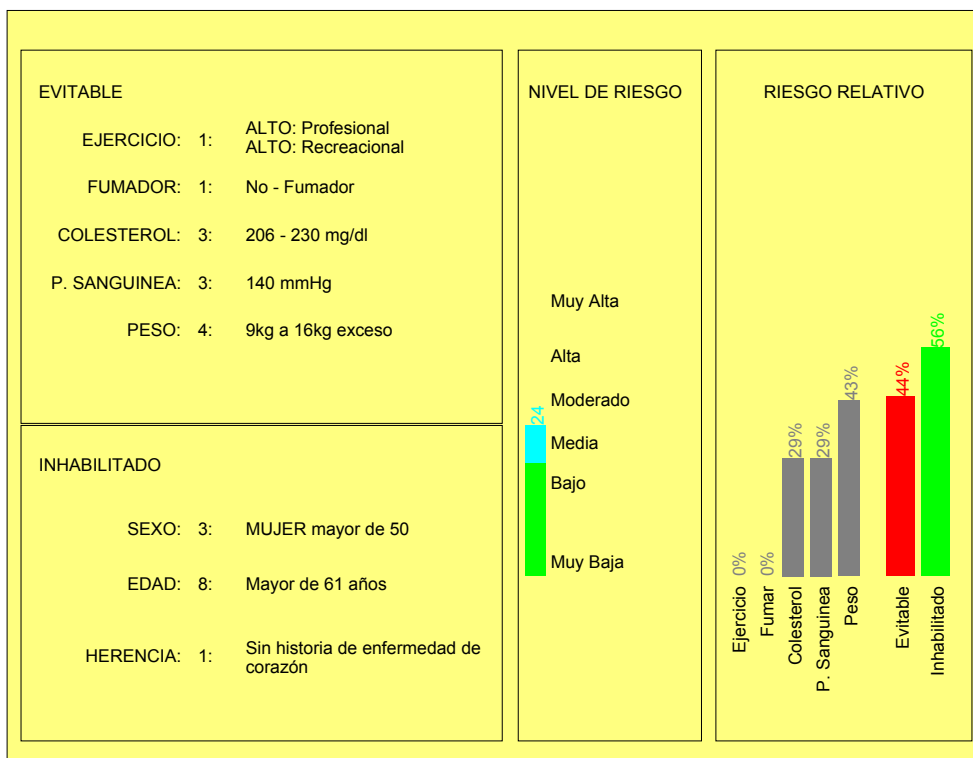


Ninguna actividad ha sido seleccionada.

INFORME RIESGO CARDIACO

Sample Cancer Patient
CÓDIGO PACIENTE 10

10 August 2009



Tienes un riesgo **MEDIO** de sufrir una enfermedad coronaria en un periodo de 6 a 8 años.

Tu puedes evitar un **44%** del nivel de riesgo.

El factor evitable más importante en tu caso es **Peso** que supone un **43%** de los factores que tu puedes evitar.

INFORME RIESGO CARDIACO

Sample Cancer Patient
CÓDIGO PACIENTE 10

10 August 2009

FACTORES DE RIESGO EVITABLES

RIESGO	ACTUAL	SUGERENCIA
Ejercicio	1 ALTO Prof. ALTO Rec.	1 Ningún cambio
Tabaco	1 No - Fumador	1 Ningún cambio
Colesterol	3 206-230 mg/dl	2 181-205 mg/dl
Presion Arterial	3 140 mmHg	2 120 mmHg
Peso	4 9 a 16kg de exceso	3 2.2 a 9 kg exceso
Total	12	9

FACTORES DE RIESGO INEVITABLES

Sexo	3 MUJER mayor de 50	
Edad	8 Mayor de 61 años	
Herencia	1 SIN historia de enfermedad (hermanos, hermanas, padres)	
Total	12	12
RIESGO TOTAL	24 MEDIO RIESGO	21 MEDIO RIESGO

EJERCICIO: El ejercicio habitual representa el mayor papel en la prevención de riesgo cardíaco. Reduce colesterol (reduce LDL, aumenta HDL), stress, presión arterial, disminuye el ritmo cardíaco, la grasa corporal y aumenta la masa magra.

FUMA TABACO: Esta es probablemente la causa más grande de riesgo cardíaco y ataque de apoplejía.

COLESTEROL: Se tienen niveles altos por consumir dietas saturadas en grasas y colesterol, grasa corporal alta, inactividad física, fumar tabaco y Stress. Se consigue reducir el colesterol, cambiando el estilo de vida y la dieta, Ejercicio, pérdida de grasa corporal, comidas altas en fibra polisaturadas de grasas. Se tienen niveles altos por consumir dietas saturadas en grasas y colesterol, grasa corporal alta, inactividad física, fumar tabaco y Stress. Se consigue reducir el colesterol, cambiando el estilo de vida y la dieta, Ejercicio, pérdida de grasa corporal, comidas altas en fibra polisaturadas de grasas.

LDL (lipoproteínas de baja densidad) niveles altos aumentan el riesgo cardíaco.

HDL (lipoproteínas de alta densidad) niveles altos disminuyen el riesgo cardíaco.

Debe reducir el nivel de colesterol. Su asesor le ayudará.

PRESION SANGUINEA (HIPERTENSION): Entre las causas de presión sanguínea alta está la obesidad, fumar tabaco, uso de sal (cloruro del sodio), la inactividad física, el depósito de grasa en las paredes de las arterias, incluso por muchas causas desconocidas.

PESO: Obesidad (GRASA excesiva) contribuye a aumentar el riesgo cardíaco.

Este informe sólo es una Guía para mejorar el estilo de vida.

NOTA: Siempre busque consejo de un especialista antes de cambiar sus hábitos dieta.

COMENTARIOS DEL CONSULTOR

Su próxima cita está fijada para:

Fecha:

Hora: