

B.I.A.

La misurazione della impedenza corporea (Body Impedance Assessment o B.I.A.), è una delle tecniche attualmente più usate ed affidabili per la determinazione della composizione corporea. Si basa sul dato fisico che l'acqua è un buon conduttore di corrente elettrica, mentre il grasso è un isolante quasi perfetto. Poiché la Massa Magra corporea (Fat Free Mass - FFM) è costituita prevalentemente da acqua, determinando il contenuto di acqua dell'organismo, è possibile risalire facilmente al contenuto in FFM, e quindi al contenuto di Massa Grassa (FAT).



CALORIMETRIA INDIRECTA con FITMATE®

Uno dei metodi più semplici ed accurati per la stima del Metabolismo Basale è la calorimetria indiretta, che impiega uno specifico dispositivo di analisi dei volumi respiratori, quali quelli dell'anidride carbonica prodotta (VCO_2) e dell'ossigeno (VO_2), dall'aria espirata.

È ciò che fa Fitmate®, il calorimetro portatile che coniuga la precisione nella rilevazione dell' O_2 con la praticità d'uso.

L'interazione con i parametri desunti da applicativi esterni, quali l'impedenziometria l'antropometria, dà un valore oggettivo delle restanti componenti metaboliche, quali l'attività fisica, la massa magra e la capacità respiratoria.

ARBAND BODY (BODY MONITORING SYSEM)

L'armband® è un rivoluzionario monitor multisensore che esegue un monitoraggio continuo di variabili fisiologiche e di dati sull'attività fisica. Indossabile a fascia sul bicipite destro questo calcola il dispendio energetico, il livello di attività motoria, rileva gli stati di sonno e veglia ed altri parametri (numero di passi, intensità dello sforzo).

Vigilare sul peso corporeo è più semplice con armband®, perché coadiuva il lavoro dello specialista che può controllare i fattori di rischio cardiovascolare (sedentarietà, sovrappeso, obesità, diabete, ipercolesterolemia) attraverso un programma che considera le caratteristiche del paziente, anche in relazione alla fascia d'età.

SERVIZIO di DIETETICA



Dottssa Emanuela Russo

Dietista

3336344844

manu_russo7@yahoo.it

ALIMENTAZIONE E BENESSERE

Nella nostra società definire i principi della corretta alimentazione assume un valore particolarmente importante poiché il sostantivo "dieta" viene erroneamente associato ad un regime alimentare restrittivo mirato alla perdita di peso. In realtà, con il termine dieta si definisce un corretto regime alimentare e uno stile di vita mirati a garantire un buono stato di salute nel tempo. Il rischio di sovrappeso ed obesità, in particolare, è determinato sia da un eccesso di calorie introdotte rispetto a quelle consumate ma, soprattutto da stili di vita sedentari, spesso omologati dalle famiglie fin dai primi anni di vita. Considerando che a ciò si devono aggiungere fattori di rischio di tipo ambientale e genetici, la complessità degli elementi in gioco fa comprendere che è necessario intervenire in maniera mirata e precoce. Una dieta personalizzata deve tenere conto delle esigenze fisio-patologiche, dell'attività lavorativa e sportiva, dei gusti e dello stile di vita di ciascuno. La prevenzione a tavola associata ad un esercizio fisico moderato e costante deve iniziare già dall'infanzia e diventare patrimonio della cultura di ogni essere umano.

SERVIZI OFFERTI

- Valutazione dello stato nutrizionale
- **PLICOMETRIA**
- **CALORIMETRIA INDIRETTA** - Misura accurata del metabolismo basale (REE, RMR, BMR)
- **BIA**(analisi approfondita della composizione corporea nei differenti stati nutrizionali e fisiologici)
- Monitoraggio dell'attività fisica e del dispendio energetico giornaliero con **ArmBand®**
- Elaborazione dei dati e stesura del piano dietetico appropriato
- Elaborazione di schemi dietetici personalizzati finalizzati all'acquisizione di corrette abitudini alimentari, al calo ponderale al miglioramento della composizione corporea, all'ottimizzazione della prestazione sportiva
- Educazione alimentare
- Corsi di cucina



ITER DI VALUTAZIONE NUTRIZIONALE

- prima visita: colloquio conoscitivo, anamnesi alimentare, esame obiettivo con misurazioni antropometriche, plicometria, impedenziometria, registrazione degli esami e referti portati in visione.
- stesura del piano dietetico personalizzato o dei consigli alimentari sulla base dei risultati ottenuti in prima visita e degli obiettivi concordati con il paziente (previa discussione con il medico curante o con il medico specialista di riferimento)
- Visita di controllo: esame obiettivo con misurazioni antropometriche, plicometria, impedenziometria. valutazione degli obiettivi concordati in prima visita e dell'aderenza al piano dietetico consigliato.