Analiza składu ciała

HERITAGE MEDICAL

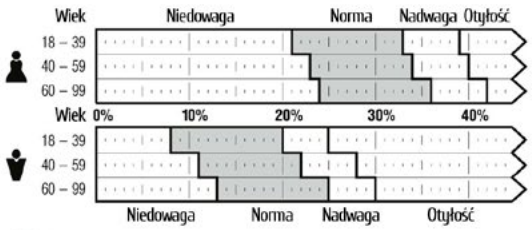
Imię _____ MODEL #: _____

***DCI** dzienne zapotrzebowanie na kalorie / **BMR** podstawowa przemiana materii*

DATA	CZAS	Waga	% Tkanki tłuszcz.	% Zawart. wody	Masa mięśni	Budowa ciała	DCI / BMR	Wiek metaboliczny	Masa kości	Tkanka wisceralna

Zakres % zawartości tkanki tłuszczowej

–	0	+	++
Niedowaga	Norma	Nadwaga	Otyłość

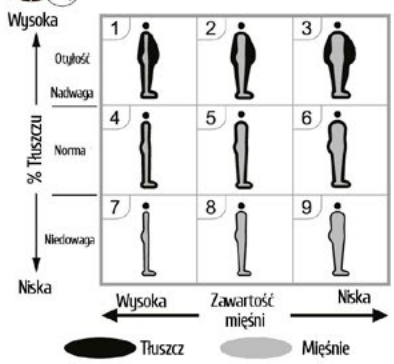


Zakres % zawartości wody w organiźmie

45 - 60 %	50 - 65 %

Źródło Tanita Corporation

Budowa ciała



Masa kości

Szacunkowe masy kości

Waga		
Mniej niż 50 kg	50 kg - 75 kg	75 kg i więcej
4.3 lb (1.95 kg)	5.3 lb (2.40 kg)	6.5 lb (2.95 kg)

Waga		
Mniej niż 65 kg	65 kg - 95 kg	95 kg i więcej
5.9 lb (2.86 kg)	7.3 lb (3.29 kg)	8.1 lb (3.69 kg)

Wisceralna tkanka tłuszczowa

Zdrowy poziom	0	:	1 - 12
Podwyższony poziom	+	:	13 - 59