



### **Evaluación clínica:**

Presión arterial 108/64 mmHg normal, Saturación de oxígeno 97% normal, frecuencia cardiaca en reposo 77 lpm normal y temperatura de 35.6°C normal

### **Resultado de escaneo segmental de la composición corporal medida mediante Tanita BC -1500 (p 0.05)**

Tu peso corporal total es de 83.3 kg que para tu estatura representan un IMC de 32.5 considerado como obesidad sin embargo, cuando realizas ejercicio, en cuestión de salud y con fines de estéticos nos importa más conocer tu porcentaje de grasa corporal que en tu caso es del 42.5 % esto representa 35.4 kg de tu peso total considerado como un exceso de grasa corporal por lo que tu entrenamiento tendrá por objetivo la disminución de los kilos de esta grasa corporal.

Tu masa libre de grasa es de 47.9 kg, esta masa libre de grasa es la suma del peso de tus huesos de 2.4 kg, así como el peso de tu masa muscular que es de 45.4 kg contemplando como masa muscular a los músculos esqueléticos, músculos lisos de las viseras y los vasos sanguíneos, el musculo cardiaco y otros tejidos nerviosos y conectivos. La cantidad de músculo esquelético en tu cuerpo importante para tu correcta función metabólica esta dentro de lo normal.

Tu agua corporal es del 43.3 % lo cual es un nivel bajo de agua corporal ya que tu cuerpo para mejorar su repuesta al ejercicio debe estar lo mas cercano siempre a un 60- 65 % por lo cual la correcta hidratación antes, durante y después de tu entrenamiento y a lo largo del día son necesarios para no limitar las adaptaciones del entrenamiento que te prescribimos y optimizar tus resultados en composición corporal.

En el análisis segmental nos muestra un peso promedio por cada brazo de 2.3 kg con un % de grasa promedio del 46.3%, en las piernas se encontró un peso promedio de 7.7 kg cada pierna con un % de grasa promedio del 44.2 % y en el tronco desde la cabeza hasta la pelvis nos muestra un peso de 25.3 kg con 40.7 % de grasa mostrándonos de forma global una distribución de la grasa de forma uniforme en todo el cuerpo con un ligero acumulo más elevado en los brazos que en la parte central del cuerpo.

Este escaneo nos permite conocer tu edad metabólica al integrar los resultados de tu evaluación, en tu caso en especifico nos arroja una edad metabólica de 63 años lo cual no coincide con tu edad cronológica de 21 años.