

MEDYCZNE WYKORZYSTANIE INBODY – DIETETYKA OSÓB DOROSŁYCH, DZIECI I MŁODZIEŻY

Współczynnik tkanki tłuszczowej wskazuje efekty leczenia dietetycznego, farmakologicznego i wysiłku treningowego. Często po zaprzestaniu odchudzania występuje tzw. „efekt jo-jo” czyli powrót masy ciała do stanu wyjściowego. Dzieje się tak gdy w trakcie odchudzania dochodzi do redukcji masy mięśniowej lub wody z organizmu. Dla długotrwałego efektu redukcji masy ciała, konieczna jest zmniejszenie wyłącznie masy tkanki tłuszczowej i zwiększanie masy mięśniowej.

Nadwaga i otyłość to ogromny problem epidemiologiczny w Polsce i większości krajów gospodarczo rozwiniętych. Nadmierne otłuszczenie organizmu jest znanym czynnikiem ryzyka wystąpienia wielu chorób cywilizacyjnych, takich jak: nadciśnienie tętnicze, choroba niedokrwienna serca, hiperlipidemia, cukrzyca typu 2, czy większości nowotworów złośliwych. Ponadto wpływa ono na występowanie wielu dolegliwości ze strony układu mięśniowo-szkieletowego, co skutkuje zwiększoną ilością wystawianych zwolnień lekarskich.

W nadwadze i otyłości organizm dąży do zwiększania ilości tkanki tłuszczowej, często nawet wtedy, gdy osoba otyła zmniejszy swoją masę ciała (jest to uwarunkowane zwiększoną liczbą adipocytów lub zmianami metabolicznymi). Systematyczne odkładanie tkanki tłuszczowej w już od wieku dziecięcego zagraża otyłością w wieku dojrzałym. Należy zatem przeciwdziałać proliferacji adipocytów od najwcześniejszych lat poprzez sprawdzanie tkanki tłuszczowej i zwiększanie beztłuszczowej masy ciała.

Najczęściej wykorzystywane parametry

- masa tkanki tłuszczowej
- procentowa zawartość tkanki tłuszczowej w organizmie
- beztłuszczowa masa ciała
- segmentalna masa mięśniowa
- poziom lub obszar trzewnej tkanki tłuszczowej
- obrzęki segmentalne
- wskaźnik obrzęków
- podstawowa przemiana materii
- zalecana kaloryczność
- ilość białka i substancji mineralnych
- kontrola masy ciała
- wskazania redukcji lub zwiększenia masy tkanki tłuszczowej
- kontrola tkanki mięśniowej
- kontrola postępów w historii badań do monitorowania zmian