



Reporte de caso: corredora de maratón
Campo médico: medicina del deporte

1 Datos del paciente



Edad: 33 años
 Sexo: femenino
 Altura: 1.71 m

Peso inicial: 61.20 kg
 IMC inicial: 21.00 kg/m²

2 Historial médico / diagnóstico

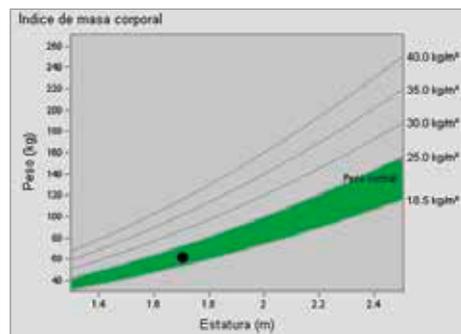
Una mujer de 33 años corrió su última maratón hace dos años. En esa época, corría cinco o seis veces a la semana y realizaba entrenamiento funcional en un gimnasio. Durante los últimos dos años, sus estudios la mantenían tan ocupada que tuvo que dejar de correr. Ahora que ya terminó sus estudios, le gustaría regresar a su anterior nivel de entrenamiento. Para ello, corre dos veces a la semana y realiza entrenamiento funcional una vez a la semana. A través del análisis de la composición corporal, desea conocer qué tan eficaz ha sido su nuevo régimen de entrenamiento.

3 Gráficas de resultados de medición

Índice de masa corporal (IMC)

El índice de masa corporal muestra que tanto su peso como su estatura se encuentran en el rango normal, entre 18.50 y 25.00 kg/m².

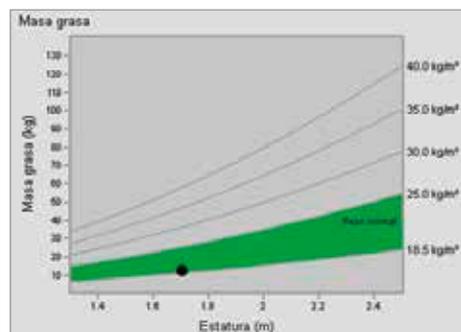
- 21.00 kg/m²



Masa grasa (MG)

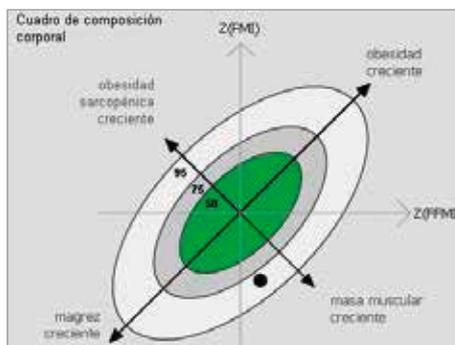
El diagrama de la masa grasa revela que el valor de 12.28 kg (20.10 %) es muy bajo, en relación con el corte del IMC. Dicha composición es común en los atletas.

- Masa grasa (MG): 12.28 kg
 - Parte de la grasa corporal (% de MG): 20.10 %
 - Índice de masa grasa (IMG): 4.20 kg/m²
- > Clasificación de IMC: 18.50–25.00 kg/m²



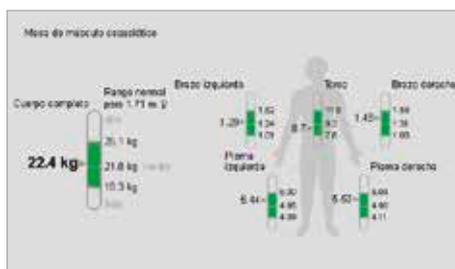
Gráfica de composición corporal (GCC)

Los niveles bajos de masa grasa también se pueden observar en la GCC, donde el punto de medición se encuentra fuera del 75º porcentaje. La elevada masa libre de grasa, por encima del promedio, se reconoce debido a que el punto de medición se desvía a la derecha. La posición indica una alta proporción de músculo.



Masa muscular esquelética (SMM)

Los resultados de la GCC se confirman aquí. La SMM está por encima del promedio. Además, es claro que las piernas tienen más músculo que los demás segmentos. Este estado físico es común en los corredores.



- SMM: 22.40 kg
- SMM (brazo izquierdo): 1.29 kg
- SMM (brazo derecho): 1.44 kg
- SMM (torso): 8.80 kg
- SMM (pierna izquierda): 5.46 kg
- SMM (pierna derecha): 5.54 kg

4 Resumen

El análisis de composición corporal muestra una masa grasa muy baja, junto con masa muscular elevada e indica un buen nivel de condición física. La repetición constante del análisis de composición corporal es una buena manera de supervisar el efecto del futuro entrenamiento.

El análisis de la composición corporal con seca mBCA muestra que la persona tiene un buen nivel de condición física y que puede intensificar su entrenamiento para lograr un buen lugar en la siguiente maratón.

seca | mBCA



Escanee el código para ver información del producto seca mBCA o visite mbca.seca.com