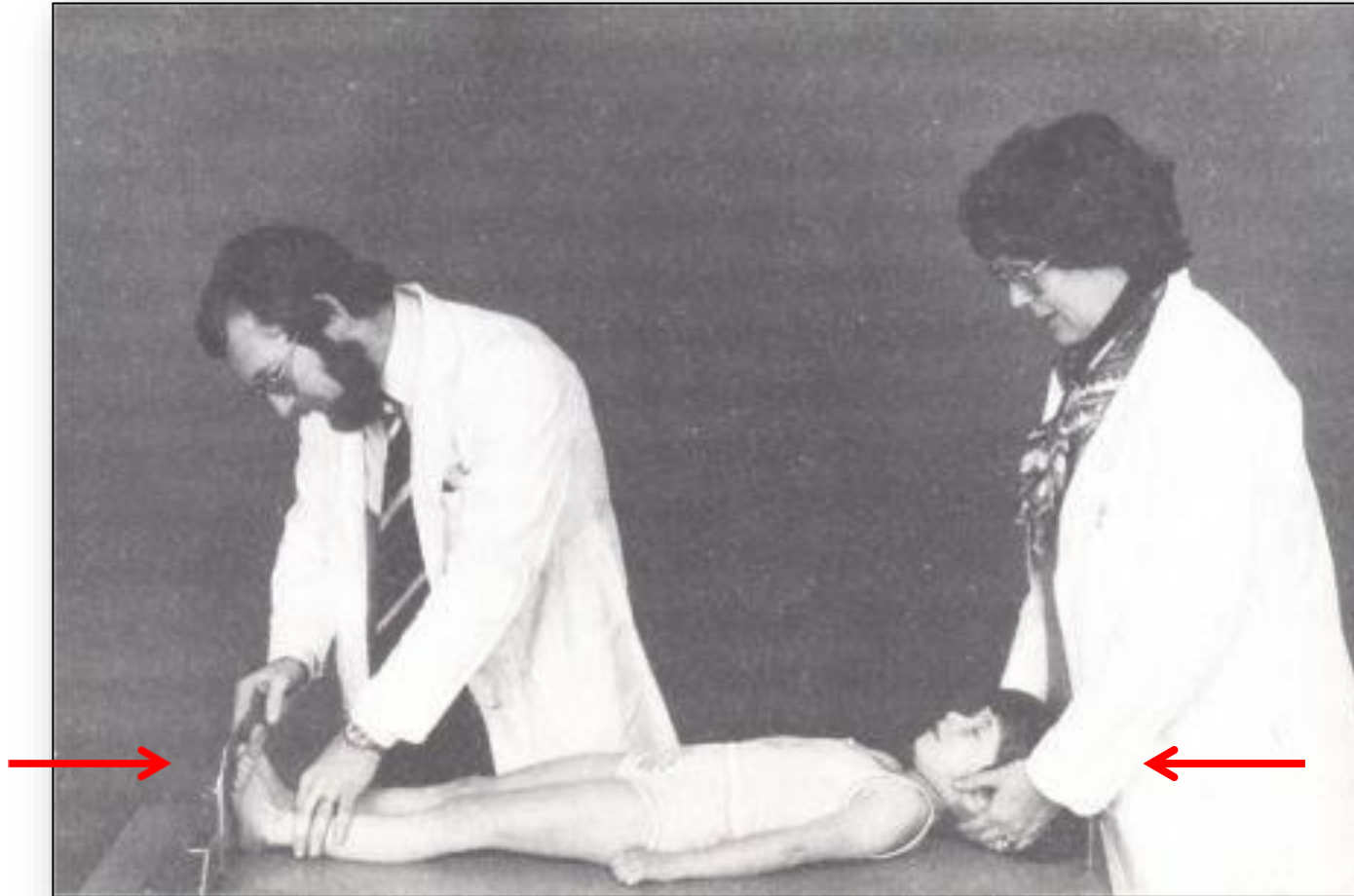


VALUTAZIONE ANTROPOMETRICA DI UN SOGGETTO IN ACCRESIMENTO



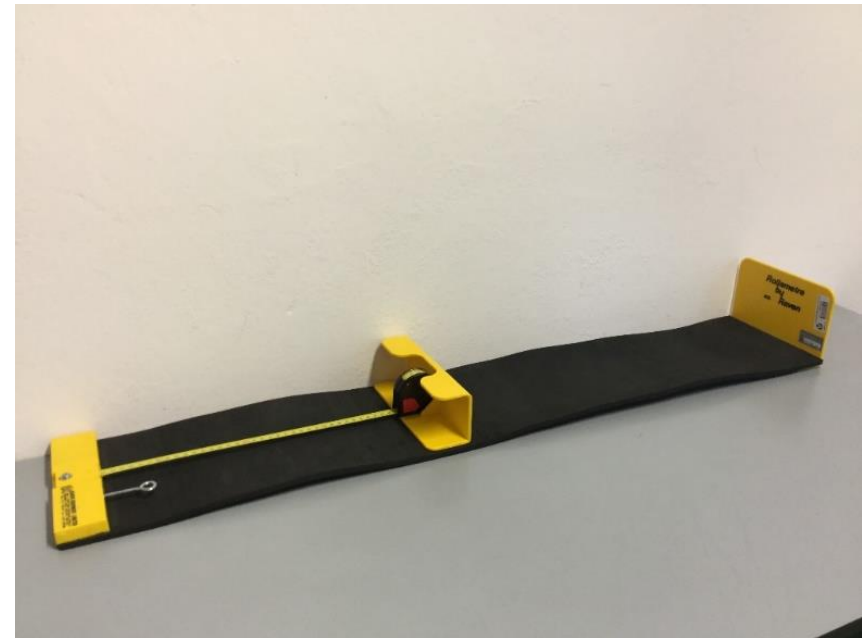
LUNGHEZZA (Vertex-Planta)



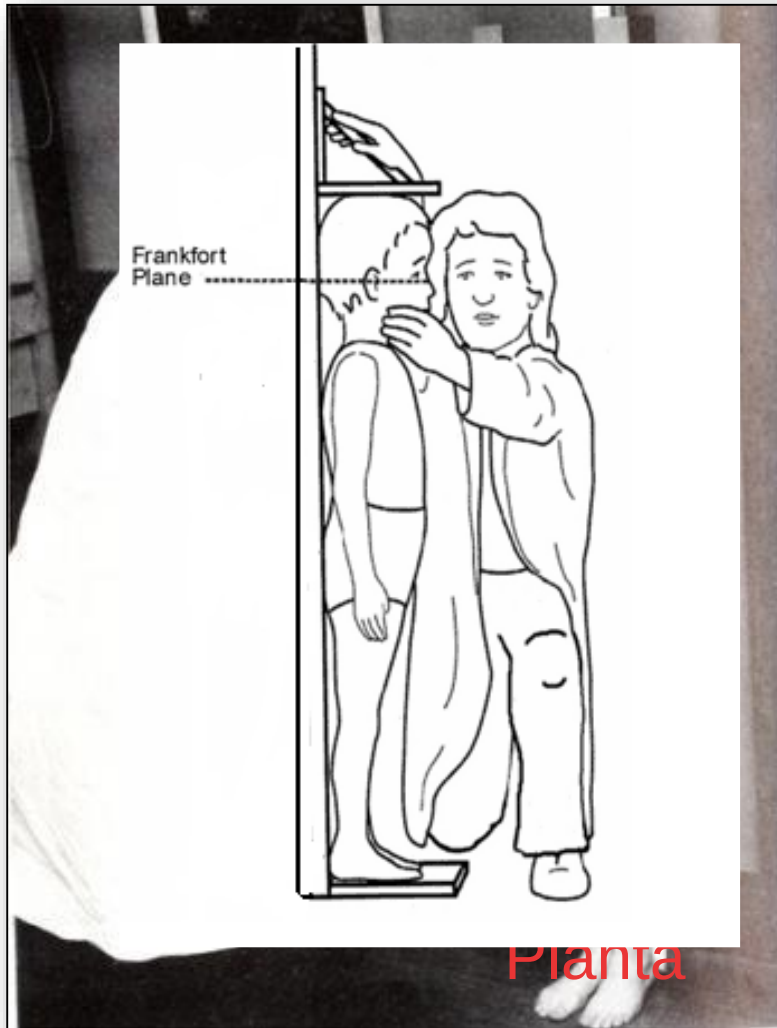
← →
planta vertex

Strumento di rilevazione: infantometro

Modalità: si adagia il bambino ponendo il capo a contatto con un piano fisso verticale e la pianta dei piedi a contatto con il piano mobile. Dovranno adoperarsi due persone per tenere estese le articolazioni di anca e ginocchio, per evitare inarcamenti della zona lombare, per tenere il capo a contatto con lo strumento e orientato in maniera corretta.



STATURA (Vertex-Planta)

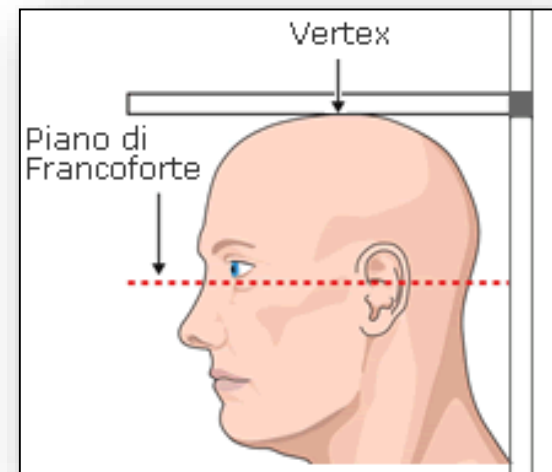


***IMPORTANTE**

RICORDARE DI ORIENTARE
SEMPRE LA TESTA SECONDO
IL

Piano di Francoforte:

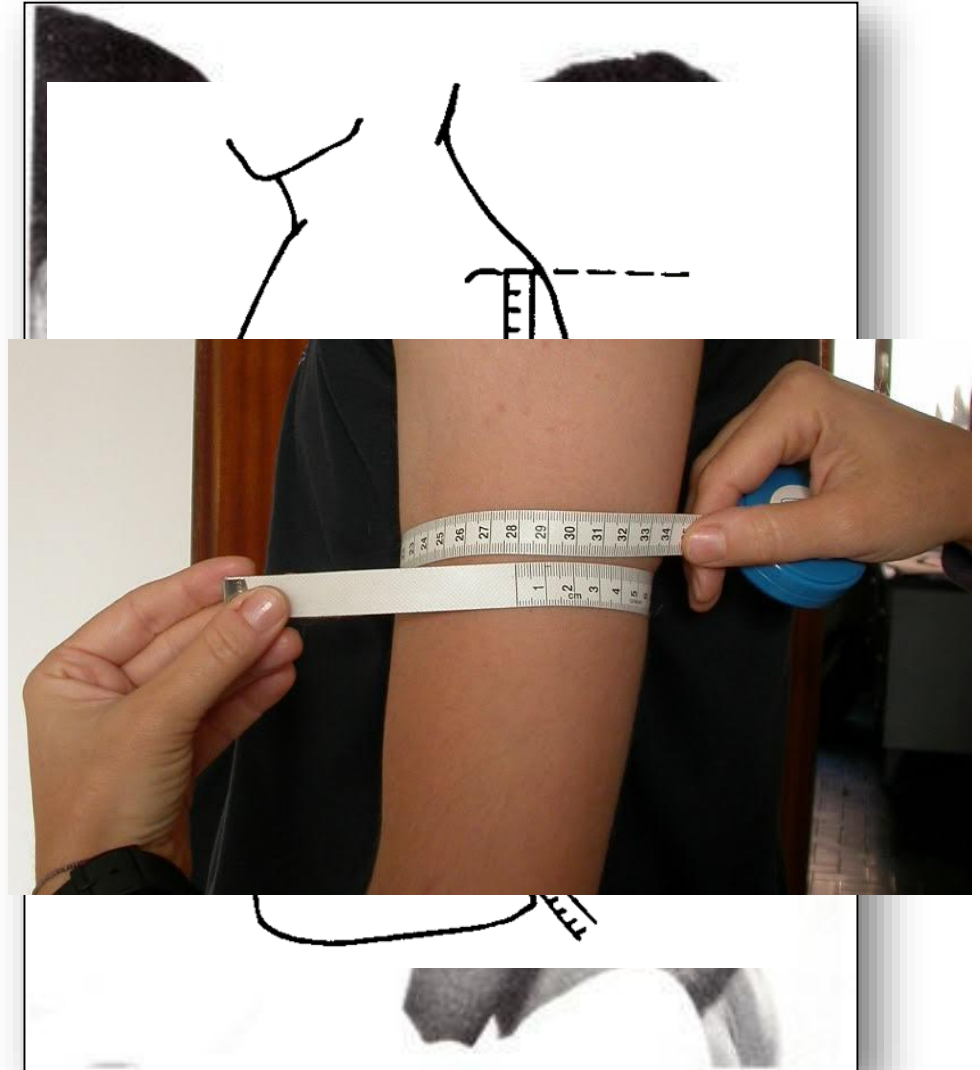
La testa deve essere orientata in modo che il margine inferiore dell'orbita ed il margine superiore del meato acustico siano sullo stesso piano orizzontale, parallelo al pavimento.



PERIMETRO DEL BRACCIO

Strumento di rilevazione:
nastro metrico anaelastico

Modalità: Il soggetto è in posizione eretta, braccia ai lati del tronco, i piedi uniti, braccio sinistro rilassato lungo il tronco. Il nastro metrico a metà di una linea che collega il processo acromiale della spalla e l'olecranonico dell'ulna





LUNGHEZZA GAMBA (tibiale-ipoendomalleolare)



Strumento di rilevazione: antropometro smontabile

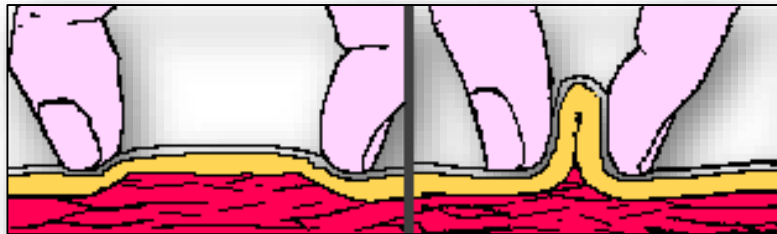
Modalità di rilevazione:

- Distanza tra la linea articolare del ginocchio (tibiale) e il margine inferiore del malleolo mediale (ipoendomalleolare);
- Il soggetto siede con la gamba sinistra appoggiata sul ginocchio destro;
- La misura deve essere effettuata mantenendo lo strumento parallelo all'asse longitudinale della tibia.

PLICA TRICIPITALE (braccio sn)



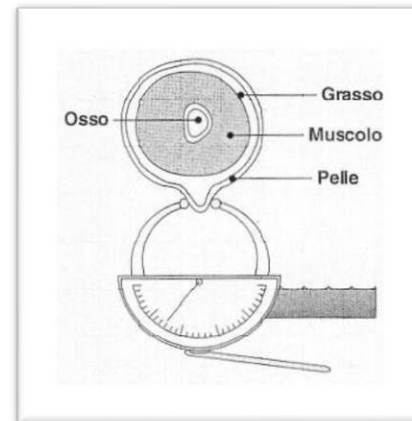
Plica al tricipite



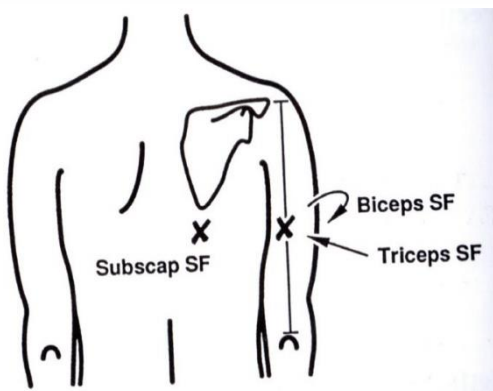
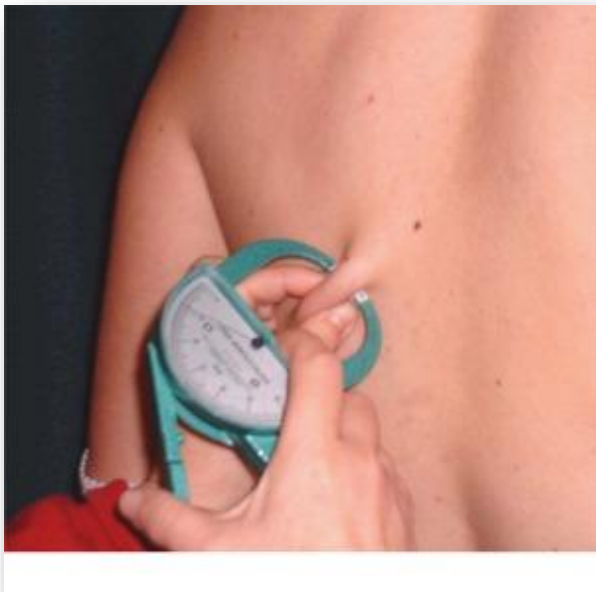
Strumento di rilevazione: plicometro

Modalità di rilevazione:

- braccio steso e rilassato lungo il tronco;
- Il sito si trova in corrispondenza del punto medio di una linea tra il processo acromiale della scapola ed il margine inferiore del processo olecranico dell'ulna;
- la plica è verticale.



PLICA SOTTOSCAPOLARE



Strumento di rilevazione: antropometro smontabile

- il sito di misurazione è situato appena sotto l'angolo inferiore della scapola
- il soggetto è in posizione eretta e le braccia sono rilassate lungo i lati del corpo
- le estremità del plicometro vengono applicate 1cm infero-lateralmente al pollice ed al dito che solleva la plica

Misure da rilevare

- **Statura, Peso**

- Circonferenze:



Circonferenza del braccio

- Misure arto inf.:



Lung.gamba

- Pannicoli:



Pannicolo adiposo tricipitale e sottoscapolare

Esempio di scheda antropometrica

SE AVESSI 12 ANNI: VALUTAZIONE STATO NUTRIZIONALE

Data della rilevazione ____/____/____

Cognome e Nome _____ Sesso F ☐

Nata a _____ il _____

N. scarpa _____ Sport praticato / i _____ ore settimanali di pratica _____

Caratteri misurati:	Valori ipotetici:
Lungh. piede, cm _____ -0.7=	 cm
Largh. piede, cm _____ -0.5=	 cm
Lungh. gamba, cm _____ -4.0=	 cm
Statura, cm _____ -8.0=	 cm
Peso, kg _____ -12.0=	 kg
Circ. braccio, cm _____ -3.0=	 cm
Pann. tricipite, mm _____ -4=	 mm
Pann. sottoscap., mm _____ -5=	 mm

Calcolo degli indici (da val. ipotetici):

I. Lungh. gamba = (Lungh. gamba / Statura) X 100 = _____

BMI = Peso, kg / Statura², m = _____

TUA = Total upper arm area = $C^2 / (4 \times \pi) =$ _____ cm²

UMA = Upper arm muscle = $[C - (T_s \times \pi)]^2 / (4 \times \pi) =$ _____ cm²

UFA = Upper arm fat area = TUA - UMA = _____ cm²

AFI = Arm fat index = (UFA / TUA) x 100 = _____ cm²

S pannicoli = p. tric. + p. sottoscap. = _____ mm

Interpretazione:

Dall' **I. Lungh. gamba** < 15° P o > 15° P si deduce uno **stress di sviluppo**, rispettivamente, presente ☐ o assente ☐.

La bambina è, per la sua età, di **statura** piccola ☐, media ☐, alta ☐ (P.....) e con un **peso** basso ☐,

medio ☐, alto ☐ (P.....). Dal **BMI** si deduce che, tenuto conto della statura, è sottopeso ☐, normopeso ☐,

sovrappeso ☐, obesa ☐. Questo si correla con un corpo magro ☐, medio ☐, eccessivamente grasso ☐ in base alla

S dei pannicoli adiposi e con un braccio magro ☐, medio ☐, con eccesso di grasso ☐ in base ad **AFI**.

Il soggetto mostra inoltre una **muscolarità** bassa ☐, media ☐, alta ☐.

SE AVESSI 12 ANNI: VALUTAZIONE STATO NUTRIZIONALE

Data della rilevazione ____/____/____

Cognome e Nome _____ Sesso M ☐

Nato a _____ il _____

N. scarpa _____ Sport praticato / i _____ ore settimanali di pratica _____

Caratteri misurati:	Valori ipotetici:
Lungh. piede, cm _____ -3.0=	 cm
Largh. piede, cm _____ -1.0=	 cm
Lungh. gamba, cm _____ -4.0=	 cm
Statura, cm _____ -25.0=	 cm
Peso, kg _____ -29.0=	 kg
Circ. braccio, cm _____ -7.0=	 cm
Pann. tricipite, mm _____ -0=	 mm
Pann. sottoscap., mm _____ -5=	 mm

Calcolo degli indici (da val. ipotetici):

I. Lungh. gamba = (Lungh. gamba / Statura) X 100 = _____

BMI = Peso, kg / Statura², m = _____

TUA = Total upper arm area = $C^2 / (4 \times \pi) =$ _____ cm²

UMA = Upper arm muscle = $[C - (T_s \times \pi)]^2 / (4 \times \pi) =$ _____ cm²

UFA = Upper arm fat area = TUA - UMA = _____ cm²

AFI = Arm fat index = (UFA / TUA) x 100 = _____ cm²

S pannicoli = p. tric. + p. sottoscap. = _____ mm

Interpretazione:

Dall' **I. Lungh. gamba** < 15° P o > 15° P si deduce uno **stress di sviluppo**, rispettivamente, presente ☐ o assente ☐.

Il bambino è, per la sua età, di **statura** piccola ☐, media ☐, alta ☐ (P.....) e con un **peso** basso ☐, medio ☐,

alto ☐ (P.....). Dal **BMI** si deduce che, tenuto conto della statura, è sottopeso ☐, normopeso ☐, sovrappeso ☐,

obeso ☐. Questo si correla con un corpo magro ☐, medio ☐, eccessivamente grasso ☐ in base alla **S dei**

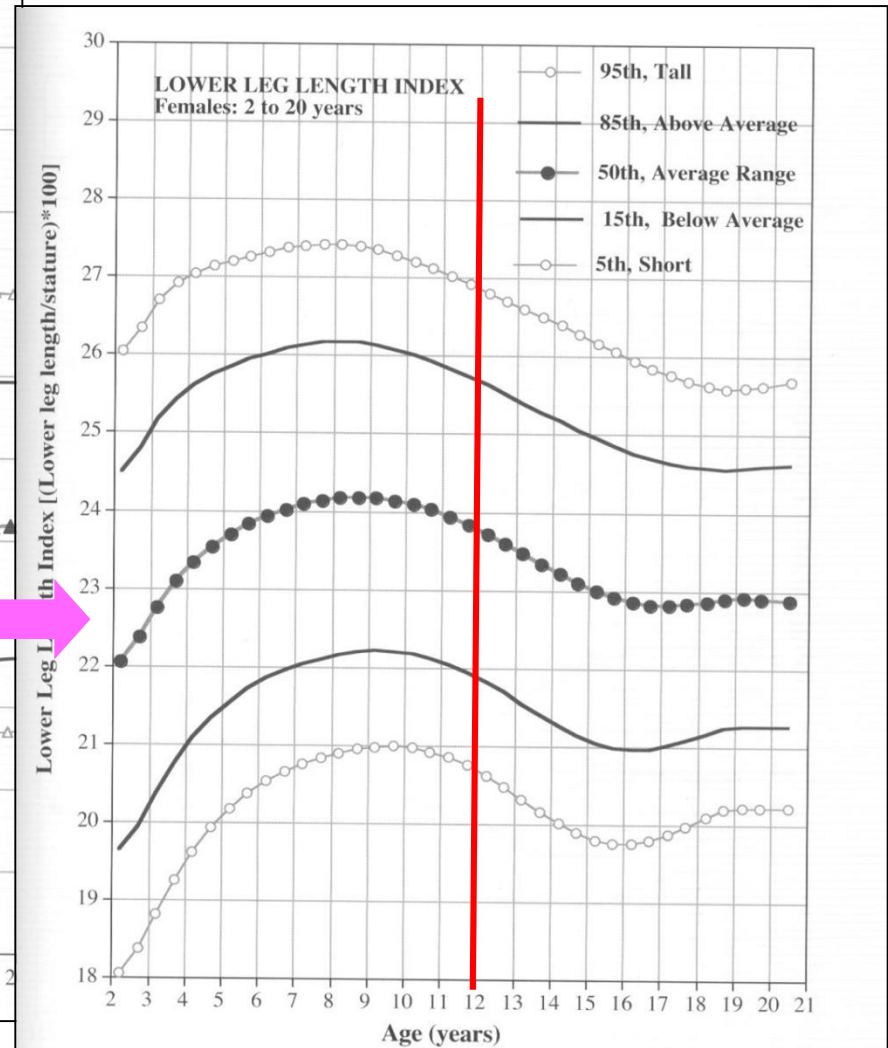
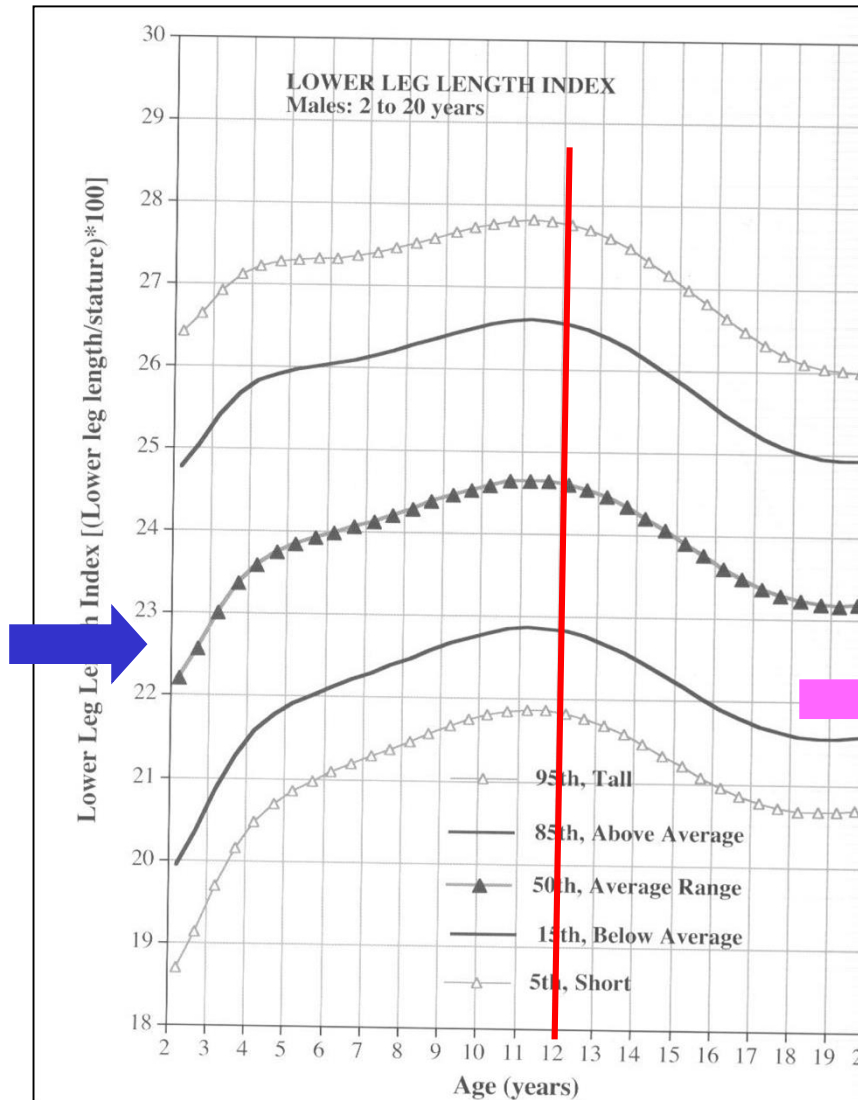
pannicoli adiposi e con un braccio magro ☐, medio ☐, con eccesso di grasso ☐ in base ad **AFI**.

Il soggetto mostra inoltre una **muscolarità** bassa ☐, media ☐, alta ☐.

Indici da calcolare

- $I.Lungh.gamba = (Lung.gamba / statura) \times 100$
- $BMI = peso \text{ (kg)} / statura^2 \text{ (m)}$
- $TUA = \text{Total upper arm area} = C^2 / (4 \times \pi)$
- $UMA = \text{Upper arm muscle} = [C - (Ts \times \pi)]^2 / (4 \times \pi)$
- $UFA = \text{Upper arm fat area} = TUA - UMA$
- $AFI = \text{Arm fat index} = (UFA / TUA) \times 100$
- $S \text{ pannicoli} = p. \text{ tric.} + p. \text{ sottoscap.}$

Stima dello stress di sviluppo (I. lung.arto inf.)



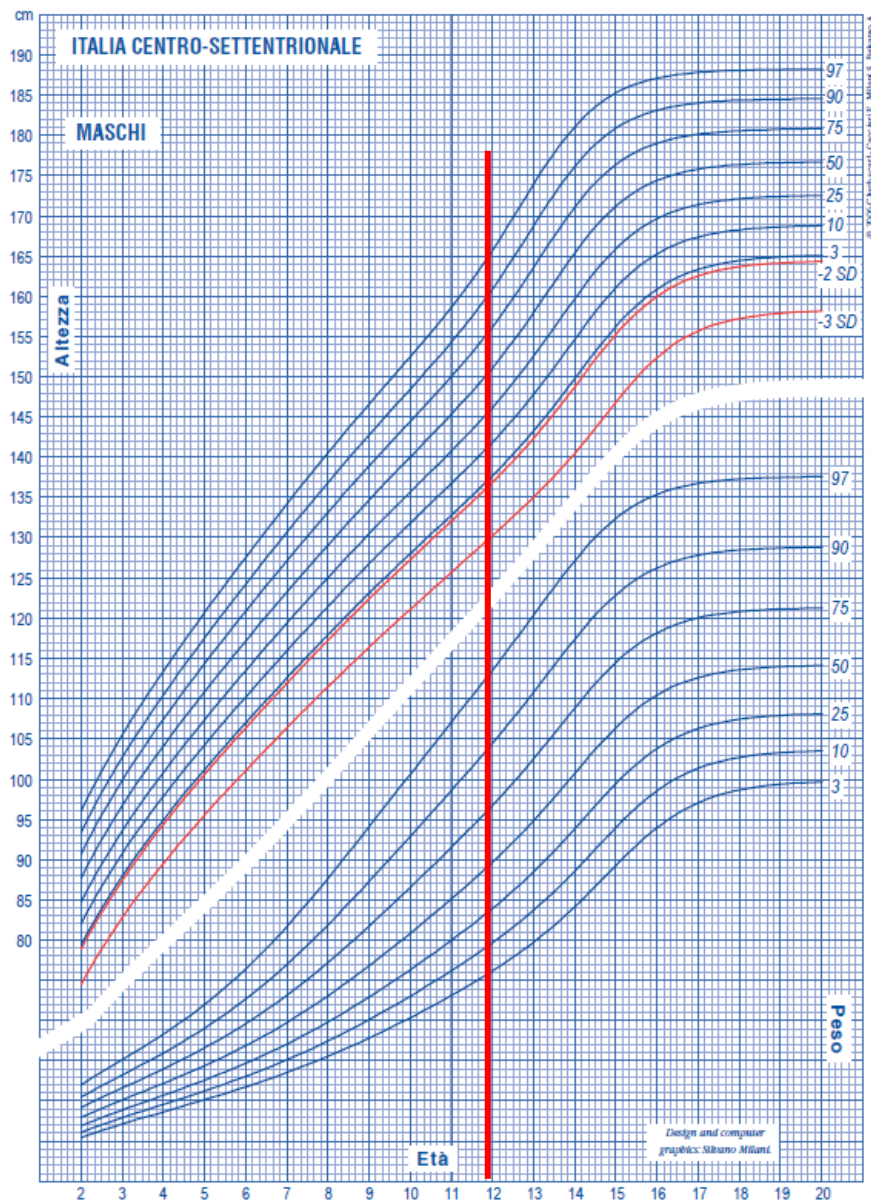
Stima di Statura e Peso

Table 3 Height, weight and BMI growth norms, expressed as 3rd, 50th and 97th centiles (central-north Italy)

Age (y)	Girls						Boys					
	Height			Weight			Height			Weight		
	3rd	50th	97th	3rd	50th	97th	3rd	50th	97th	3rd	50th	97th
6.0	108.3	118.0	128.2	16.6	23.0	33.9	108.5	118.4	129.0	17.8	23.0	32.8
6.5	110.7	120.5	130.9	17.5	24.2	35.7	111.3	121.3	132.0	18.6	24.1	34.8
7.0	113.0	123.0	133.6	18.3	25.3	37.6	114.0	124.1	134.9	19.4	25.3	36.9
7.5	115.3	125.6	136.4	19.2	26.6	39.7	116.6	126.8	137.8	20.2	26.7	39.3
8.0	117.6	128.1	139.4	20.2	28.0	42.0	119.0	129.4	140.5	21.1	28.1	42.0
8.5	119.9	130.8	142.4	21.1	29.5	44.7	121.4	132.0	143.3	22.1	29.7	44.9
9.0	122.3	133.5	145.7	22.2	31.2	47.8	123.7	134.5	146.1	23.1	31.4	48.1
9.5	124.8	136.5	149.2	23.4	33.1	51.2	126.0	137.0	149.0	24.2	33.3	51.5
10.0	127.4	139.6	152.8	24.7	35.3	54.9	128.2	139.5	152.0	25.4	35.4	55.2
10.5	130.2	142.9	156.5	26.1	37.8	58.6	130.5	142.2	155.3	26.7	37.6	59.0
11.0	133.2	146.3	160.0	27.8	40.4	62.2	132.8	145.0	158.8	28.1	40.1	62.9
11.5	136.2	149.6	163.2	29.7	43.1	65.4	135.2	148.0	162.6	29.7	42.7	66.8
12.0	139.2	152.6	166.0	31.7	45.8	68.1	137.7	151.3	166.6	31.4	45.4	70.5
12.5	142.1	155.3	168.3	33.8	48.2	70.2	140.5	154.8	170.7	33.2	48.2	74.1
13.0	144.5	157.4	170.1	35.9	50.2	71.8	143.5	158.4	174.6	35.2	51.1	77.3
13.5	146.6	159.2	171.4	37.8	51.8	73.0	146.7	162.1	178.1	37.3	53.8	80.1
14.0	148.3	160.4	172.3	39.4	53.0	73.8	150.0	165.5	181.0	39.4	56.4	82.6
14.5	149.5	161.3	173.0	40.7	53.9	74.3	153.2	168.5	183.3	41.5	58.8	84.7
15.0	150.4	162.0	173.4	41.6	54.5	74.7	156.1	170.9	185.0	43.7	61.0	86.5
15.5	151.0	162.4	173.7	42.4	54.9	74.9	158.6	172.8	186.2	45.7	62.9	87.9
16.0	151.4	162.7	173.9	42.9	55.2	75.1	160.6	174.2	187.0	47.6	64.5	89.1
16.5	151.7	162.9	174.0	43.2	55.4	75.2	162.1	175.1	187.5	49.3	65.9	90.0
17.0	151.9	163.0	174.1	43.4	55.5	75.3	163.2	175.7	187.9	50.8	67.0	90.8
17.5	152.0	163.1	174.1	43.6	55.6	75.3	163.9	176.2	188.1	52.1	67.9	91.4
18.0	152.1	163.1	174.2	43.7	55.7	75.3	164.4	176.5	188.3	53.2	68.6	91.8
19.0	152.2	163.2	174.2	43.8	55.7	75.4	165.0	176.7	188.4	54.9	69.7	92.5
20.0	152.2	163.2	174.2	43.8	55.7	75.4	165.2	176.9	188.5	56.0	70.3	92.8

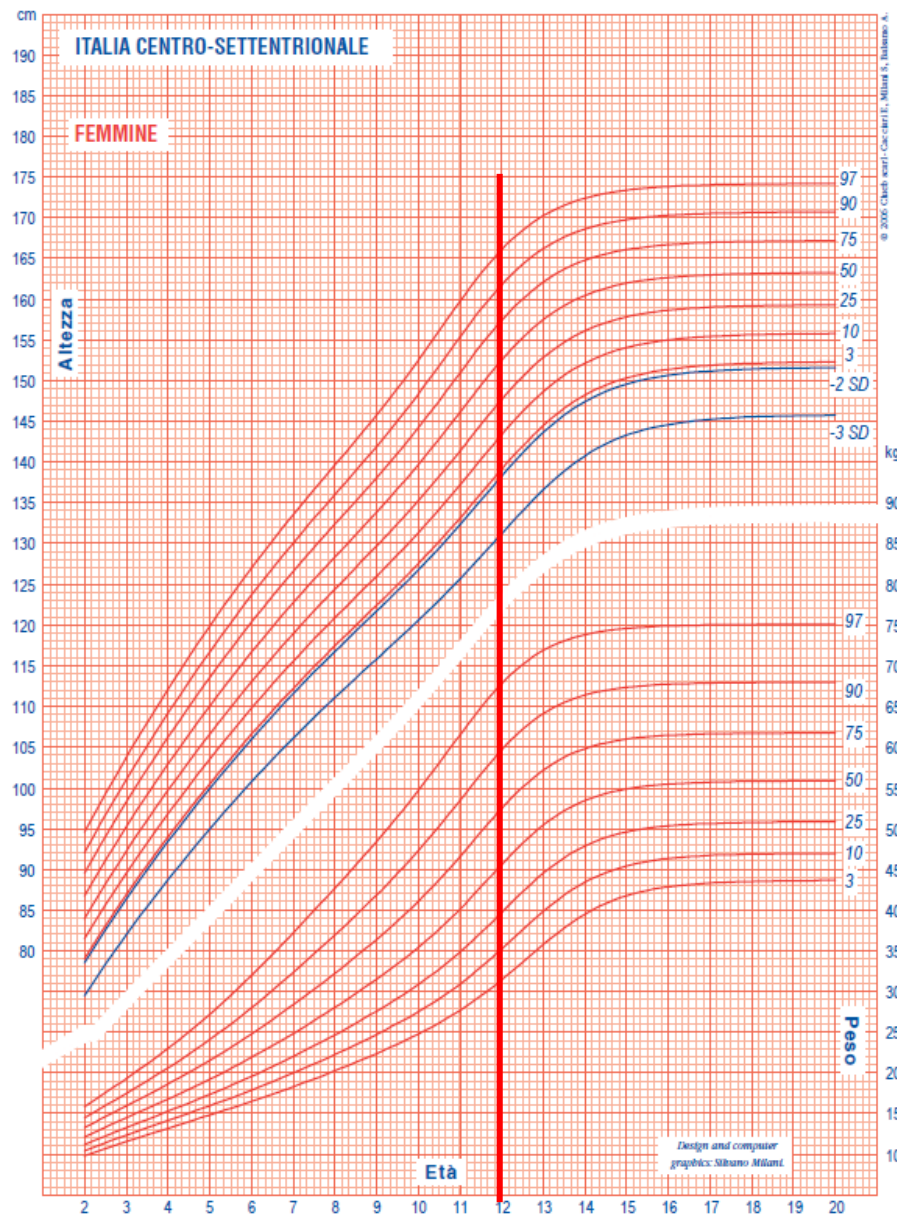
Centili Italiani di riferimento [2-20 anni] per altezza, peso e BMI

Cognome _____ Nome _____ Data di nascita _____



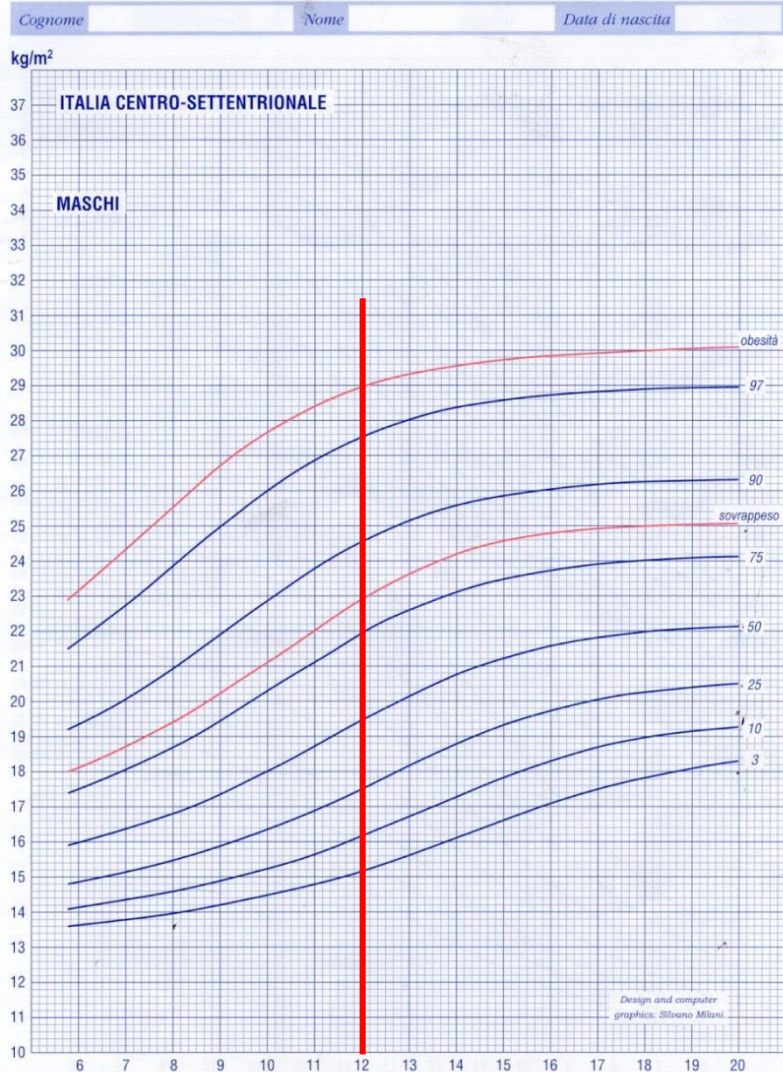
Centili Italiani di riferimento [2-20 anni] per altezza, peso e BMI

Cognome _____ Nome _____ Data di nascita _____



Stima del Body Mass Index

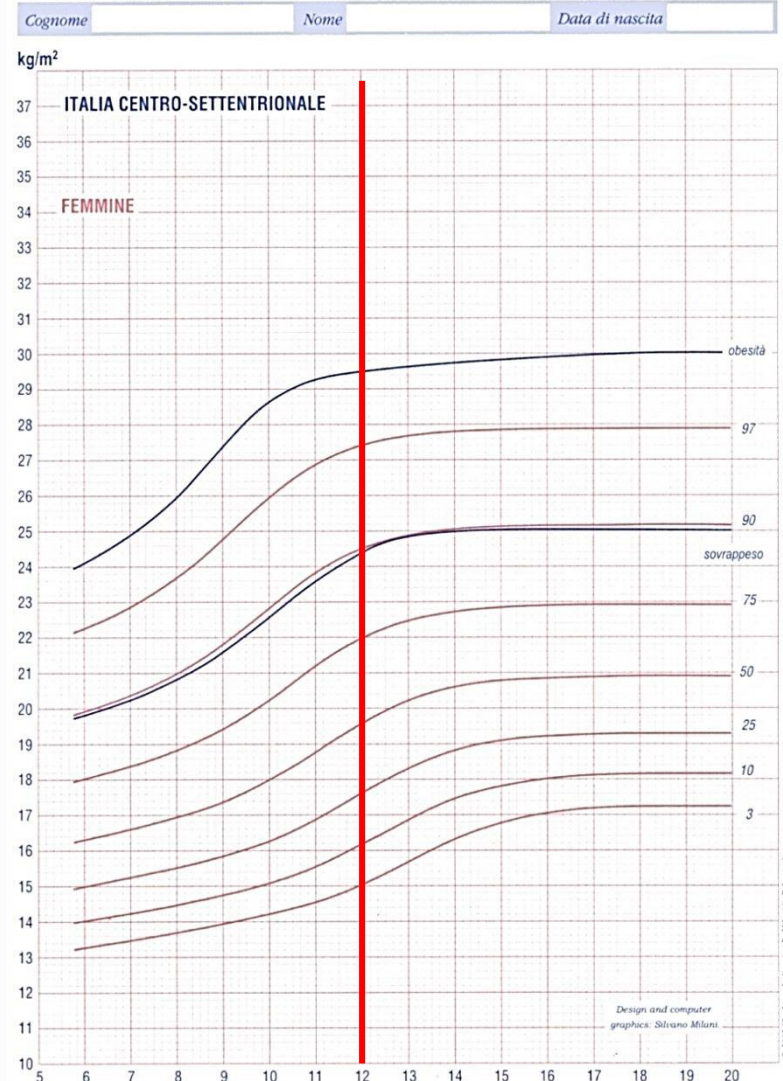
Centili Italiani di riferimento [6-20 anni] per altezza, peso e BMI



Cacciari E., Milani S., Balsamo A. & Directive Council of SIEDP 1995-97, Eur J Clin Nutr - Vol 56(2):171-180, 2002



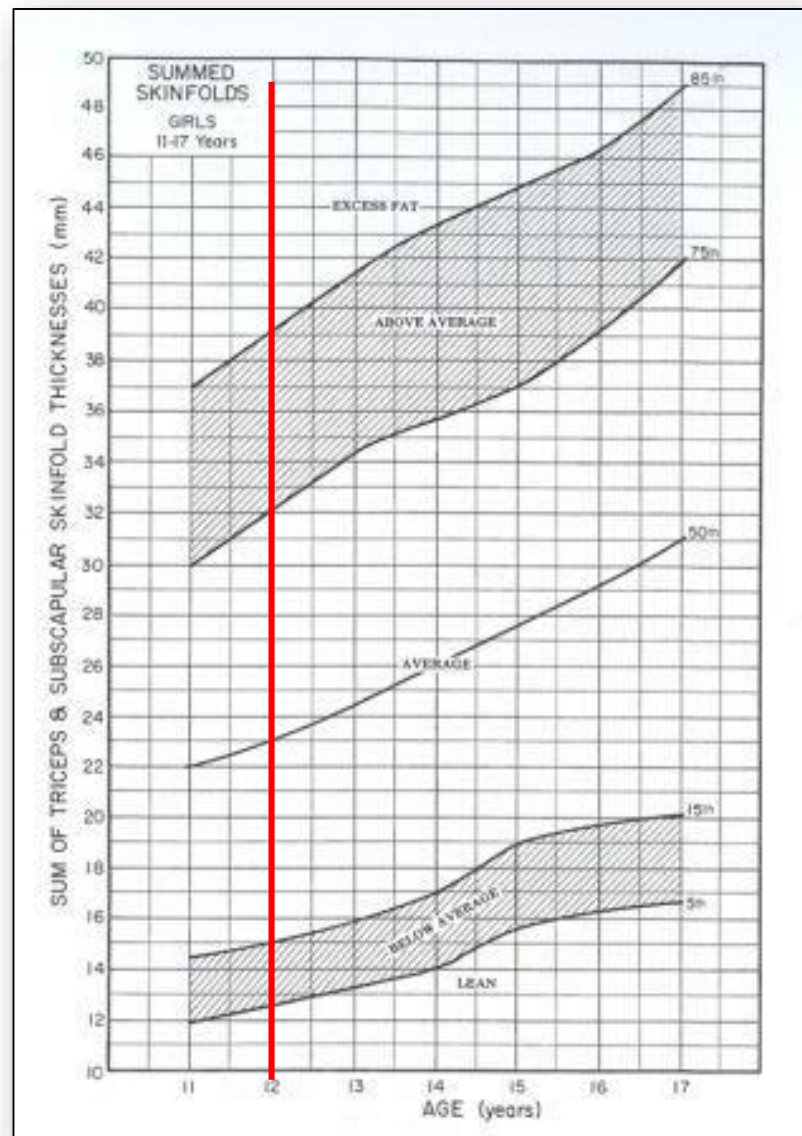
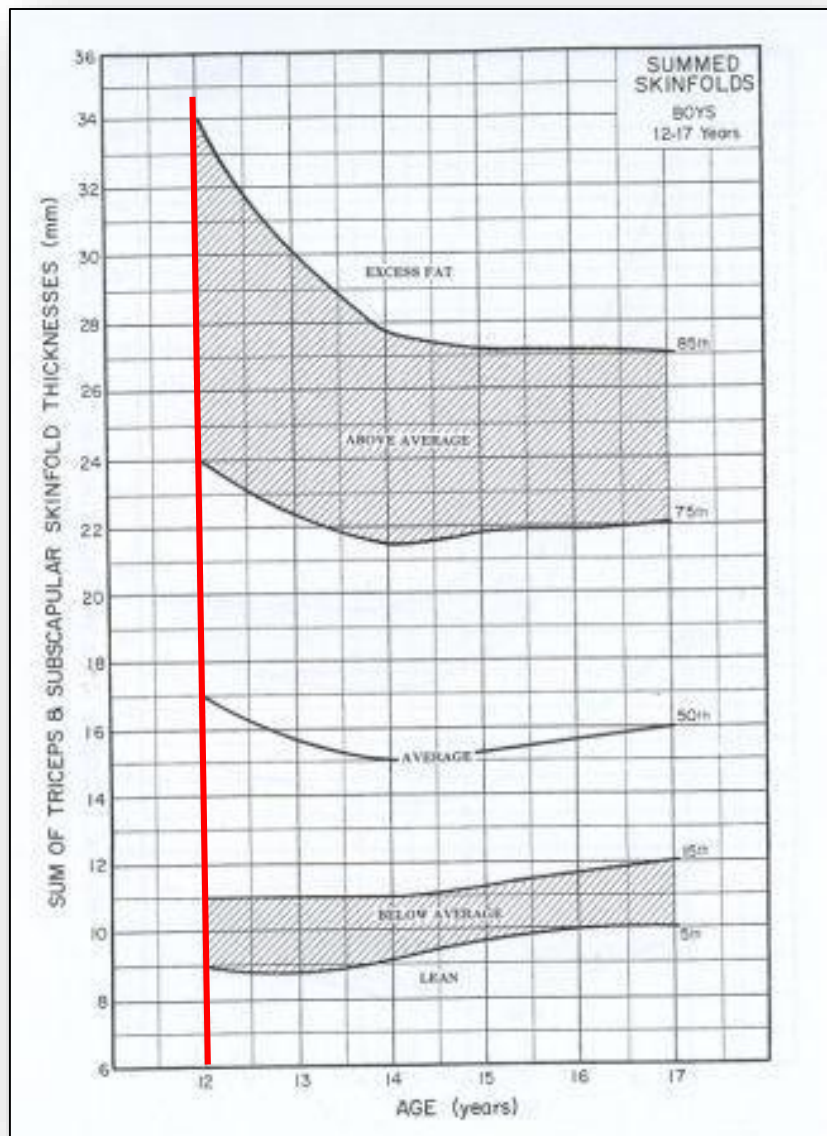
Centili Italiani di riferimento [6-20 anni] per altezza, peso e BMI



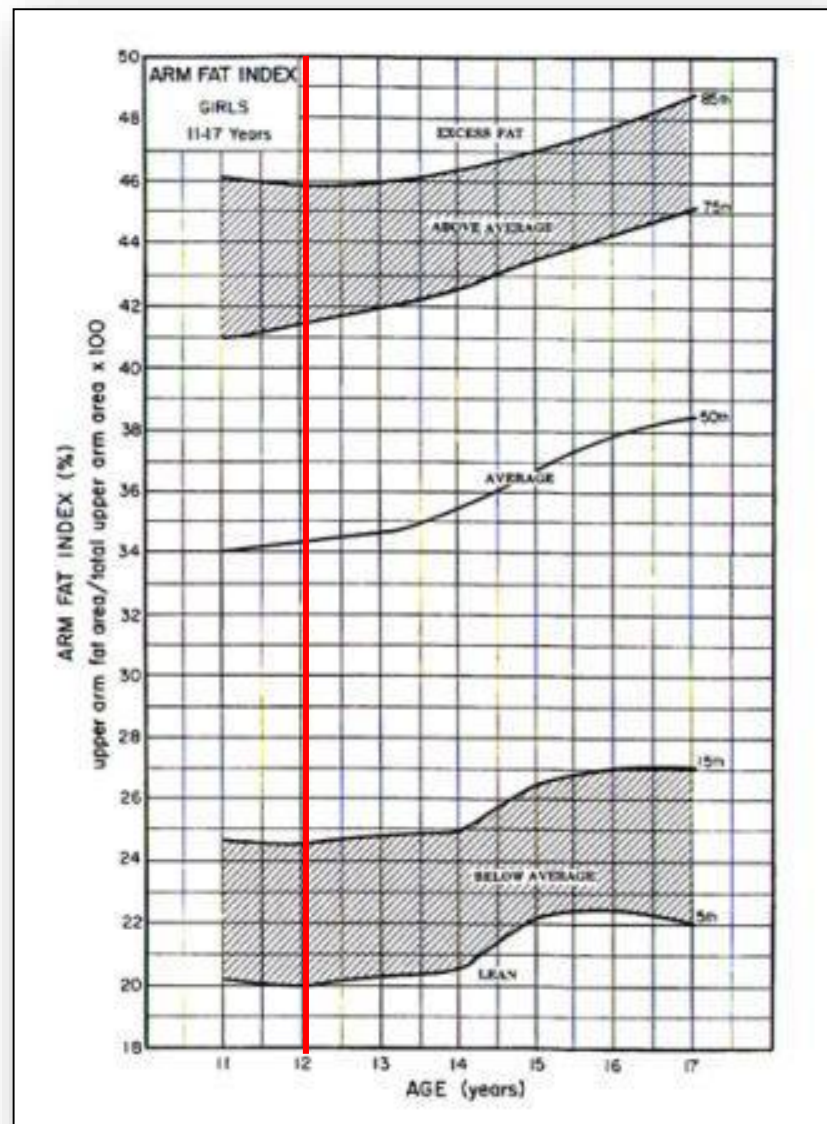
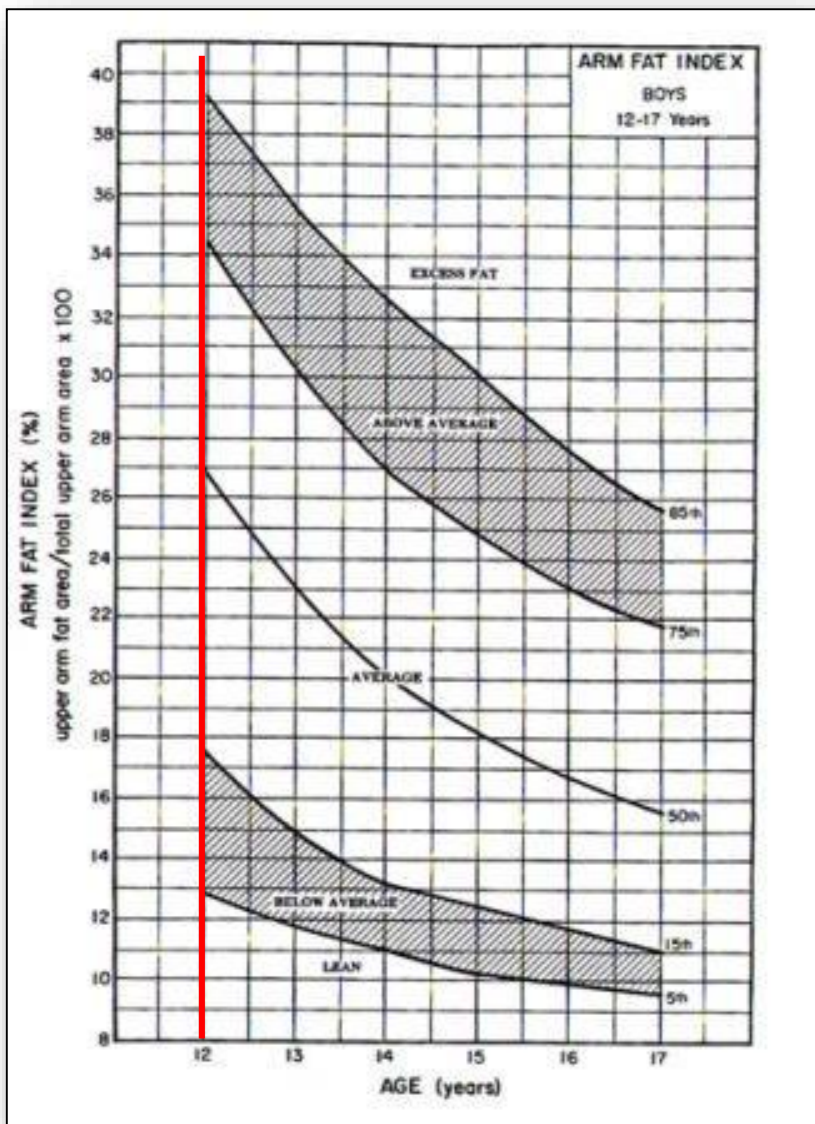
Cacciari E., Milani S., Balsamo A. & Directive Council of SIEDP 1995-97, Eur J Clin Nutr - Vol 56(2):171-180, 2002



Stima della componente grassa(S pannicoli)



Stima della componente grassa (AFI)



Stima della componente muscolare (UMA)

