

## MASSIMA PRECISIONE

- divisione della scala 50g
- portata 180 Kg

## STAMPA SCONTRINO

Lo scontrino stampato su carta termica riporta:

- peso
- peso ideale
- statura
- indice di massa corporea I.M.C. o B.M.I. (Body Mass Index)
- data e ora
- dati relativi alla farmacia tipo indirizzo, numero di telefono, ecc.



Lo scontrino viene stampato automaticamente e successivamente tagliato per una maggiore praticità per il cliente.

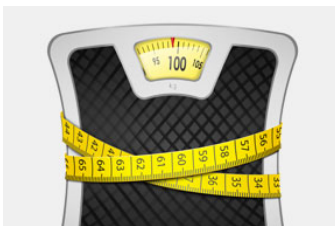


## TABELLA PESO/ALTEZZA

UOMINI dai 25 anni in su		DONNE dai 25 anni in su	
Altezza (m)	Peso Ideale (kg)	Altezza (m)	Peso Ideale (kg)
1.55	51-59	1.42	42-49
1.58	52-60	1.45	43-50
1.60	54-62	1.47	44-51
1.63	55-63	1.50	45-53
1.65	56-65	1.52	46-54
1.68	58-67	1.55	48-55
1.70	60-69	1.57	49-57
1.72	62-71	1.60	50-59
1.75	64-73	1.63	52-61
1.77	65-75	1.65	54-63
1.80	67-77	1.68	55-64
1.85	69-79	1.70	57-67
1.87	71-82	1.73	59-69
1.90	73-84	1.75	61-70
1.93	74-86	1.78	63-72

## MA COME SI CALCOLA IL PESO IDEALE...????

L'IMC o BMI è stato studiato per valutare i rischi correlati al sovrappeso e all'obesità in soggetti adulti (18-65 anni)



L'Indice di Massa Corporea (IMC,  $\text{kg}/\text{m}^2$ ) si calcola:

dividendo il **peso**, espresso in kg per il quadrato dell'**altezza**, espressa in metri, come indice indiretto di adiposità.

es. altezza 1,70 peso 64 kg

$\text{IMC} = 64/(1,70)^2 = 64/2,89 = 22,14$  **NORMOPESO**

Grave magrezza (< 16,00)

Sottopeso (16,00-18,49)

Normopeso (18,50-24,99)

Sovrappeso (25,00-29,99)

Obeso classe 1 (30,00-34,99)

Obeso classe 2 (35,00-39,99)

Obeso classe 3 ( $\geq 40,00$ )

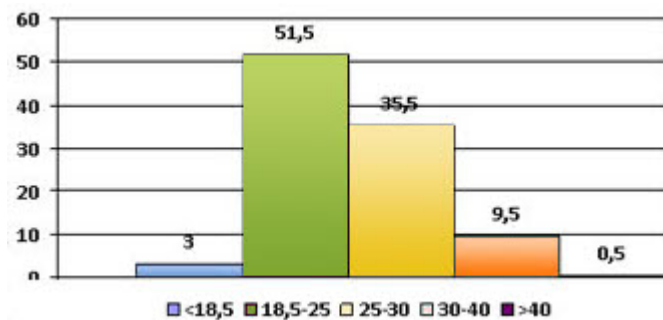
L'IMC descrive le seguenti categorie di peso:

-  Normopeso (18,50 -24,99)
-  Grave magrezza ( $<16,00$ )
-  Sottopeso (16,00 -18,49)
-  Sovrappeso (25,00 -29,99)
-  Obesità 1° grado (30,00 -34,99)
-  Obesità 2° grado (35,00 -39,99)
-  Obesità 3°grado ( $\geq 40,00$ )

L'interpretazione dell'IMC viene effettuata secondo i criteri definiti dall'Organizzazione Mondiale della Sanità: ma attenzione, questa classifica rimane statistica, non si applica per forza a tutti gli adulti, soprattutto se sportivi o anziani.

In base a questa classificazione la popolazione italiana risulta così distribuita

(ISTAT 2008)



All'aumentare dell'IMC (soprattutto per le classi sovrappeso e obesità) aumenta il rischio di malattie quali il diabete tipo 2, le malattie cardiovascolari, le malattie articolari da sovraccarico, le disfunzioni ormonali, i tumori e, nelle donne in età fertile, possono essere presenti alterazioni del ciclo mestruale, difficoltà a concepire e la gravidanza è ad alto rischio di complicanze sia per la madre che per il bambino.

Per i soggetti considerati obesi (IMC > 30) o in sovrappeso (IMC tra 25 e 29,9), anche una piccola perdita di peso (tra il 5% e il 10% del peso reale) porta ad una riduzione del rischio di sviluppare tali patologie.

Un IMC al di sotto di 18,5 kg/m<sup>2</sup> è indice di sottopeso. Anche questa condizione è associata a diverse patologie, tra cui l'anoressia nervosa, caratterizzata da una consistente perdita di peso, intensa paura di ingrassare, anche se si è sottopeso, e disturbi della propria immagine corporea.

*(Appropriatezza clinica, strutturale e operativa nella prevenzione, diagnosi e terapia dei disturbi dell'alimentazione, Quaderni del Ministero della Salute n. 17/22, luglio-agosto 2013).*

E' importante sapere però che l'indice di massa corporea non permette di distinguere variazioni del peso dovute all'entità della massa muscolare, della massa ossea, al contenuto di acqua o all' accumulo di grasso.

Quindi, la semplicità di calcolo dell'IMC non deve trarre in inganno, portando a diete "fai dai te". La sua valutazione deve essere appannaggio del medico o di altre figure specializzate come il nutrizionista o il dietista.

[www.salute.gov.it](http://www.salute.gov.it)