

Misurazioni Circonferenze Corporee

1. Petto

La misurazione viene effettuata orizzontalmente in linea con i capezzoli

2. Vita

La misurazione viene effettuata orizzontalmente e corrisponde al punto più stretto della vita

3. Fianchi

La misurazione viene effettuata orizzontalmente a circa 2cm sotto l'ombelico.

4. Cosce

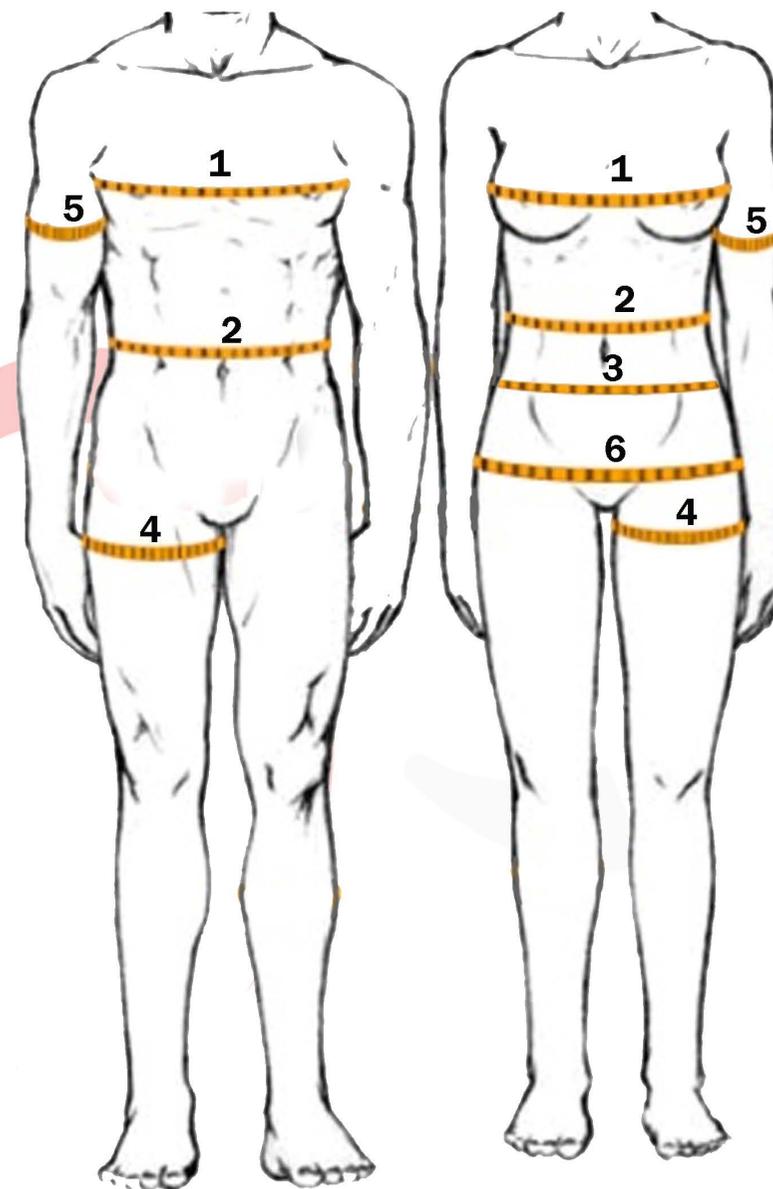
La misurazione viene effettuata orizzontalmente appena sotto i glutei, all'inizio dell'arto.

5. Braccio

La misurazione viene effettuata orizzontalmente nel punto intermedio tra la spalla e il gomito avendo il braccio disteso.

6. Glutei

La misurazione viene effettuata orizzontalmente a gambe chiuse, appena sotto le ossa pubiche.



Dott.ssa Chiara Mele Iscritta all'albo Nazionale dei Biologi n° AA_069866
Via delle Colonnelle, 149 - 00010 - Galliciano nel Lazio (RM) Tel: 389/1569350
e-mail: chiara.mele@hotmail.com

Misurazione Adipe Sottocutaneo Mediante Plicometria



Addome: la plica è misurata in verticale 2 cm di fianco all'ombelico.



Soprailiaca: la plica è misurata in diagonale con un angolo di 45° sopra la cresta iliaca all'incrocio con la linea ascellare.



Sottoscapolare: la plica è misurata in diagonale con un angolo di 60° sotto l'angolo inferiore della scapola.



Tricipite: la plica è misurata in verticale a metà tra l'acromion della scapola e l'olecrano dell'ulna.

Dott.ssa Chiara Mele Iscritta all'albo Nazionale dei Biologi n° AA_069866
Via delle Colonnelle, 149 - 00010 - Galliciano nel Lazio (RM) Tel: 389/1569350
e-mail: chiara.mele@hotmail.com