



# InBody 230



**Medición Segmentada Directa**  
La tecnología patentada de Biospace hace la medición absolutamente precisa, mediante la producción de impedancia para cada segmento diferente: las 4 extremidades y tronco.

**No Usa Estimaciones Empíricas**  
Gracias a la exclusiva tecnología de Biospace, no es necesario utilizar estimaciones empíricas. Los resultados no son afectados ni por el género ni por la edad.

**Sistema de Electrodo Táctiles de 8 Puntos**  
La tecnología tetrapolar de electrodos táctiles de 8 puntos ha hecho posible perfeccionar la precisión y la reproducibilidad, mediante la fijación del punto exacto de medición de corriente y voltaje.

**Medición por Multi - Frecuencia**  
InBody usa multi - frecuencia (desde 1Khz a 1 Mhz) para medir el agua intracelular y extracelular por separado, y como consecuencia es útil para analizar casos de distribución de agua corporal no balanceada.

## ANALIZADOR CORPORAL POR BIOIMPEDANCIA

Parámetros:

**Adultos :** Peso, Masa Muscular Esquelética, Masa Grasa Corporal, Agua Corporal Total, Masa Libre de Grasa, IMC, % Grasa Corporal, Relación Cintura – Caderas, Tasa Metabólica Basal, Análisis Segmentado de Grasa y Masa Magra (Brazo derecho e izquierdo, Tronco, Pierna derecha e izquierda), Control Muscular, Control de Grasa, Impedancia de cada Segmento.

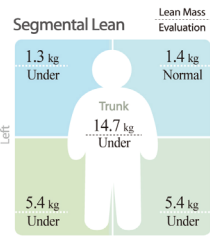
**Niños:** Agua Corporal Total, Masa de Proteínas, Masa de Minerales, Masa Grasa, Peso, Masa Muscular Esquelética, Tabla de Balance Corporal, Gráfico de Crecimiento, Control de Peso, IMC, % Grasa Corporal, Grado de Obesidad, Tasa Metabólica Basal, Puntaje de Crecimiento, Impedancia de cada Segmento.

ID SKM00079-0008 | Height 160cm | Date 2010.1.10  
Age 28 | Gender Female | Time 11:38:38

**B.Hospital**  
Doctor Cha

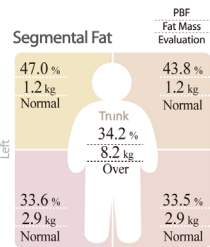
### Body Composition

|                                     | Under                                                                                           | Normal  | Over                   | UNIT% | Normal Range          |
|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|------------------------|-------|-----------------------|
| Weight                              | 40 55 70 85 100 115 130 145 160 175 190 205                                                     | 50.9 kg |                        |       | 45.7 ~ 61.8           |
| Muscle Mass<br>Skeletal Muscle Mass | 60 70 80 90 100 110 120 130 140 150 160 170                                                     | 17.7 kg |                        |       | 20.3 ~ 24.9           |
| Body Fat Mass                       | 20 40 60 80 100 120 140 160 180 200 220 240 260 280 300 320 340 360 380 400 420 440 460 480 500 | 17.3 kg |                        |       | 10.8 ~ 17.2           |
| T B W<br>Total Body Water           | 24.6kg (27.4 ~ 33.5)                                                                            |         | F F M<br>Fat Free Mass |       | 33.6 kg (34.9 ~ 44.6) |



### Obesity Diagnosis

|                                               | Value | Normal Range | Formula                                                         |
|-----------------------------------------------|-------|--------------|-----------------------------------------------------------------|
| B M I<br>Body Mass Index (kg/m <sup>2</sup> ) | 19.9  | 18.5 ~ 25.0  | $BMI = \frac{Weight, kg}{(Height, m)^2}$                        |
| P B F<br>Percent Body Fat (%)                 | 34.0  | 18.0 ~ 28.0  | $PBF = \frac{Fat, kg}{Weight, kg} \times 100$                   |
| W H R<br>Waist-Hip Ratio                      | 0.81  | 0.75 ~ 0.85  | $WHR = \frac{Waist\ circumference, cm}{Hip\ circumference, cm}$ |
| B M R<br>Basal Metabolic Rate (kcal)          | 1096  | 1132 ~ 1301  |                                                                 |



### Muscle-Fat Control

|                |          |             |          |
|----------------|----------|-------------|----------|
| Muscle Control | + 7.8 kg | Fat Control | - 4.9 kg |
|----------------|----------|-------------|----------|

Impedance

|        |       |       |      |       |       |
|--------|-------|-------|------|-------|-------|
| Z      | RA    | LA    | TR   | RL    | LL    |
| 200kHz | 476.8 | 514.6 | 31.7 | 324.0 | 324.7 |
| 100kHz | 439.3 | 477.0 | 28.3 | 296.2 | 297.0 |

\* Use your results as reference when consulting with your physician or fitness trainer

### Exercise Planner

Plan your weekly exercises from the followings and estimate your weight loss from those activities.

| Energy expenditure of each activity (base weight: 51.6kg / Duration: 30min. / unit: kcal) |                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
| Walking 102                                                                               | Jogging 178           |
| Bicycle 153                                                                               | Swim 178              |
| Mountain Climbing 166                                                                     | Aerobic 178           |
| Table Tennis 115                                                                          | Tennis 153            |
| Football 178                                                                              | Oriental Fencing 255  |
| Gate ball 97                                                                              | Badminton 115         |
| Racket ball 115                                                                           | Tae-kwon-do 255       |
| Squash 255                                                                                | Basketball 153        |
| Rope Jumping 178                                                                          | Golf 90               |
| Push-ups 255                                                                              | Sit-ups 255           |
| Weight training 255                                                                       | Dumbbell exercise 153 |
| Elastic band 178                                                                          | Squats 90             |

- How to do**
1. Choose practicable and preferable activities from the left.
  2. Energy expenditure for each is calculated when it is done for 30 min.
  3. Choose exercises that you are going to do for 7 days.
  4. Calculate the total energy expenditure for a week.
  5. Estimate expected total weight loss for a month using the formula shown below.

Calculation for expected total weight loss for a month (one month = 4 weeks)

**Recommended calorie intake per day**