

# BILAN FORME

## BIO-IMPÉDANCEMÉTRIQUE



Panakeia

Prévention santé par l'activité physique



1. **MIEUX**  
CONNAÎTRE SA MORPHOLOGIE

2. **MIEUX**  
TRAVAILLER

3. **MIEUX**  
ATTEINDRE SES OBJECTIFS

4. **MIEUX**  
LES CONSERVER...

L'analyse des mesures bio-impédancemétriques fournit des informations qui permettent de comprendre les effets des habitudes alimentaires et des programmes d'activités physiques et/ou sportives de chacun.

**Nous pourrons ainsi vous donner des conseils pour adapter au mieux vos activités et trouver un bon équilibre alimentaire.**

### Qu'est ce que la bio-impédancemétrie ?

Depuis les années soixante-dix, la bio-impédancemétrie est utilisée pour déterminer la composition corporelle humaine.

La bio-impédancemétrie consiste à faire passer à travers le corps un courant électrique alternatif de faible intensité. L'opposition des tissus au passage de ce courant est nommée : la bio-impédancemétrie.

Le corps humain est composé de différents tissus (eau, graisse, muscle, minéraux, etc...) qui ont chacun une conductivité électrique propre, par exemple les tissus gras sont moins conducteurs que les tissus maigres, c'est donc en mesurant cette conductivité que l'on détermine la nature exacte des tissus et leur masse.