



**Etude de cas :** culturiste  
**Service :** médecine sportive

## 1 Données du patient



Age : 45 ans  
 Sexe : masculin  
 Taille : 1,86 m

Poids initial : 98,10 kg  
 BMI initial : 28,40 kg/m<sup>2</sup>

## 2 Antécédents médicaux / diagnostic

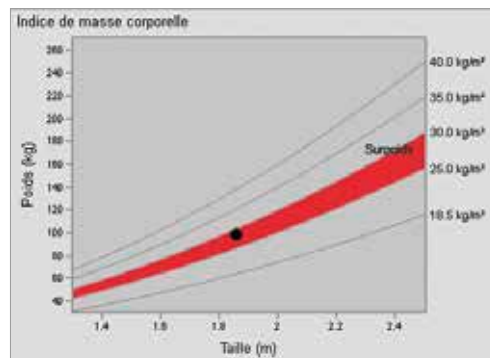
Un ancien culturiste âgé de 45 ans souhaite conserver sa silhouette, et en particulier ses muscles saillants. Son entraînement : soulever des poids et faire des exercices d'endurance quatre fois par semaine. Pour obtenir une évaluation précise de son entraînement, il fait mesurer son état de forme.

## 3 Graphiques représentant les valeurs mesurées

### Indice de masse corporelle (BMI)

Le graphique du BMI indique qu'il se trouve dans la plage de surpoids et s'approche même de celle de l'obésité.

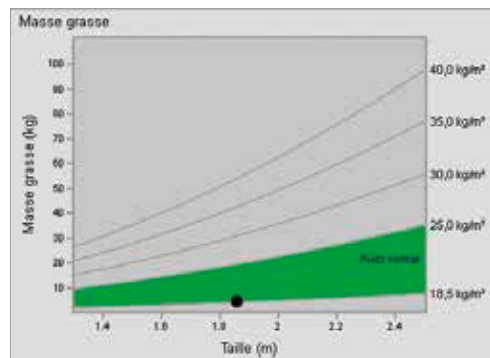
- 28,40 kg/m<sup>2</sup>



### Masse grasse (FM)

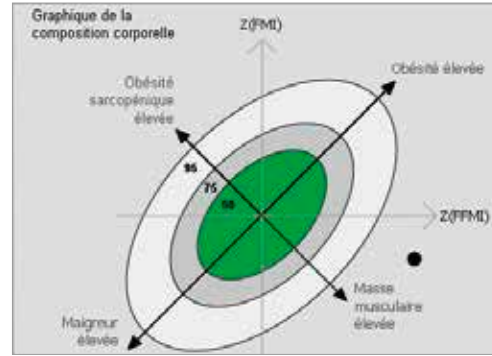
Cependant, un coup d'œil sur le graphique de la masse grasse permet de déterminer qu'avec une proportion de 6,20 % (6,10 kg), celle-ci est très faible. La catégorie de la masse grasse ne correspond donc pas à la classification du BMI.

- Masse grasse (FM) : 6,10 kg
  - Proportion de masse grasse (% FM) : 6,20 %
  - Indice de masse grasse (FMI) : 1,80 kg/m<sup>2</sup>
- > Classification BMI : 18,50–25,00 kg/m<sup>2</sup>



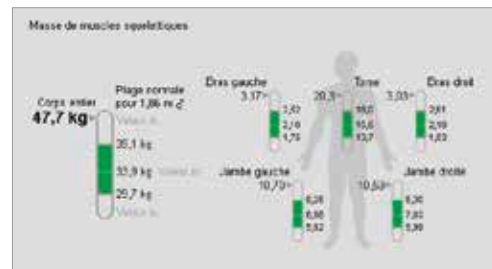
### Body Composition Chart (BCC)

Le BCC permet de visualiser clairement pourquoi la masse grasse est faible bien que le poids soit élevé. Le point de mesure du culturiste se trouve en dehors de la gamme étalon, ce qui indique une quantité élevée de masse maigre. Cette position est un indice clair permettant d'établir la présence d'une proportion élevée de masse musculaire.



### Masse musculaire squelettique (SMM)

La proportion élevée de masse musculaire au niveau de toutes les extrémités résulte de l'entraînement du culturiste. Cela se voit clairement au niveau du schéma de la masse musculaire.



- SMM : 47,70 kg
- SMM (bras gauche) : 3,14 kg
- SMM (bras droit) : 3,00 kg
- SMM (torse) : 20,20 kg
- SMM (jambe gauche) : 10,63 kg
- SMM (jambe droite) : 10,46 kg

## 4 Résumé

Sur base du BMI, l'ancien culturiste est en surpoids, voire à la limite de l'obésité. L'évaluation de sa composition corporelle permet cependant de déterminer que le BMI élevé n'est pas imputable en grande partie à la masse grasse, mais bien à une proportion élevée de masse musculaire. Cela se voit clairement dans le BCC. Le graphique de masse grasse montre également une très faible masse grasse. Cette composition corporelle souligne l'efficacité de l'entraînement du culturiste ainsi que son bon niveau de forme.

**La mesure de l'ancien culturiste au moyen du seca mBCA a permis d'attester de son niveau d'entraînement. Elle a clairement mis en évidence que le BMI élevé ne résultait pas d'une proportion élevée de graisse, mais plutôt d'une proportion élevée de muscles.**



Scannez le flashcode pour obtenir de plus amples informations sur le seca mBCA ou rendez-vous sur [mbca.seca.com](http://mbca.seca.com)