

Impédancemétrie et prise en charge du surpoids

Qu'est ce que l'impédancemétrie ?

L'impédancemétrie est une technique basée sur l'application d'un courant de faible intensité de quelques milliampères et d'une fréquence de 2 kHz à quelques centaines de kilohertz au niveau de la peau ce qui **permet la mesure de l'eau totale du corps**. L'impédancemétrie mesure donc la résistance en ohms d'un tissu vivant. C'est une **technologie sans danger**, sauf contre-indication : pacemaker et femme enceinte, **indolore et rapide**.

Quel est l'objectif de l'impédancemétrie ?

C'est de **connaître précisément la masse grasse et la masse maigre d'un individu dans le cadre d'une consultation de surpoids**. On la mesure au départ, et on évalue la variation de ces différentes masses au fil des consultations.

En effet, la prise en charge du surpoids, nécessite de **bien connaître la composition corporelle** puisqu'il s'agit en effet de mincir (perdre de la masse grasse) et de ne pas maigrir (perdre de la masse maigre).

Les critères d'un amincissement de qualité sont donc une perte de masse grasse s'accompagnant d'un minimum de perte de masse maigre. Classiquement un régime bien mené doit provoquer **une perte de masse grasse d'environ 70 à 75 % de la perte de poids** tandis que **la perte de la masse maigre ne doit pas excéder 25 à 30 % de la perte de poids**.

Dans le cadre de cette prise en charge, une perte de masse musculaire trop importante peut être la cause d'une fatigue généralisée et d'une fatigue musculaire pénible, ce qui peut être un frein à l'acceptation du rééquilibrage alimentaire proposé aux patients.

Il existe divers appareils permettant cette mesure sur le marché.

La majeure partie de l'offre se situe sur des **balances monofréquence bipolaire** mesurant en général l'eau totale du bas du corps et extrapolant au reste du corps l'estimation de la composition corporelle. Elles permettent, il est vrai un suivi du poids, mais l'utilisation même de **la technique de monofréquence rend difficile le suivi réel** de la composition corporelle. Ne mesurant que l'eau globale contenue dans le corps, ils ne font donc qu'estimer la masse maigre **ne permettant pas de mesurer la masse sèche** (masse musculaire, squelette, viscère etc.).

Bien plus précis, les **analyseurs de composition corporelle multifréquence quadripolaires** permettent de mesurer l'eau extracellulaire et l'eau globale ce qui permet de calculer l'eau intracellulaire et par conséquent **d'en déduire précisément la masse sèche et d'estimer la masse osseuse**.

L'utilisation d'un impédancemètre multifréquence couplé à une simple balance (dont le choix est laissé au médecin) est donc bien plus performant que l'utilisation d'un tout-en-un Balance-impédancemètre monofréquence classique.

L'appareil multifréquence assure au praticien la simplicité, la rapidité (les données étant obtenues en moins d'une minute) **la fiabilité et la reproductibilité** de la mesure de la composition corporelle à chaque consultation. Sa légèreté permet d'en faire un usage très souple et de le transporter aisément. A cela s'ajoute, grâce à l'utilisation de l'interface graphique simple et intuitive, **un intérêt pédagogique et motivationnel auprès du patient**, qui visualise ainsi clairement, à chaque consultation, les changements de sa composition corporelle liés à ses modifications alimentaires.

Des possibilités de prises en charge variées ...

Pour **le sportif**, l'intérêt de mesurer des masses sèche, musculaire, osseuse, d'eau permet d'étudier l'impact d'un programme de préparation physique et de consignes alimentaires sur le corps.

Dans le traitement de **la sarcopénie** (fonte des muscles due au vieillissement ou à une maladie neurologique) l'impédancemétrie est également un allié précieux pour surveiller la constitution de votre patient.

Dr Pierre Dez, enseignant IEDM et spécialiste de la prise en charge du surpoids

POUR ALLER PLUS LOIN :

Vous souhaitez en savoir plus sur cet appareil et vous former à son utilisation ?

Notre partenaire, PiLeJe, qui étudie depuis 2 ans, dans le cadre de ses recherches sur le surpoids l'intérêt d'un appareil d'impédancemétrie multifréquence, l'Aminostat, vous propose plusieurs dates de formation à Paris.

Contacts :

- Pour en savoir plus sur ces **formations PiLeJe**, contactez Charlyne Saudrais : c.saudrais@pileje.com
- Pour plus d'informations sur **l'impédancemétrie multifréquence**, contactez Pierre Dez : pierre.dez@laposte.net.