



Nr.

### **Proiect FDI 2022-0087**

“Infrastructură universitară pentru formare de calitate și viață sănătoasă”  
(REconnect-UBc)”

**Acțiunea 5.** Selectarea instrumentelor de evaluare,  
a indicatorilor relevanți pentru realizarea bazelor de date  
și a programelor profilactice (Obiectiv 2)

### **Rezultat 5 pentru Acțiune 5**

O baterie de instrumente pentru evaluarea  
indicatorilor relevanți în evaluarea morfo-funcțională

### **Descrierea instrumentelor și a indicatorilor vizați de evaluarea morfo-funcțională**

#### **Instrument nr.1 (descriere)**

**Indici somatici** - reprezintă un ansamblu de măsurători antropometrice pe baza cărora, prin calcularea unor indici specifici, se apreciază nivelul de creștere și gradul de dezvoltare fizică.

**Greutatea** - rezultată din suma elementelor organismului uman respectiv masa scheletului, mușchilor, țesutului adipos, masa organelor interne, cantitatea de apă. Instrumentul de măsurare – cântarul.

**Proporția de masă osoasă** - reprezintă proporția de masă osoasă în raport cu celelalte structuri ale corpului.

**Greutatea osoasă** - reprezintă cantitatea de os prezentă în structura scheletică.

**Grăsimea viscerală** – reprezintă depozitul de țesut adipos localizat la nivelul diferitelor structuri: țesut subcutanat, vase de sânge, organe.

**Consumul metabolic** - reprezintă numărul de calorii necesare pentru a susține funcțiile esențiale, cum ar fi respirația și circulația sângelui, precum și energiile arse în timpul activității fizice.

**Vârsta metabolică** - reprezintă modul în care rata metabolică bazală (BMR) sau cât de multe calorii arde corpul în repaus, în comparație cu media BMR pentru persoanele de aceeași vârstă cronologică din populația generală.



## Instrument nr.2 (descriere)

**Aliniamentele somatice** - reprezintă evaluarea vizuală a unor puncte și proiecte cutanate în scopul aprecierii aliniamentelor diferitelor segmente ale corpului.

**Indicatori**(pe care instrumentul îi evaluează):

***Semnul lui Ott*** - evaluează mobilitatea coloanei cervicale

***Indicele Schober*** – evaluează mobilitatea coloanei lombare

***Semnul lui Stibor*** - evaluează mobilitatea coloanei dorso-lombare

***Indicele Dotte*** – evaluează gradul de rotație al segmentului dorso-lombar

***Distanța deget-suprafața de sprijin a plantelor*** dă posibilitatea aprecierii mobilității de ansamblu a coloanei vertebrale toraco-lombare, la care se adaugă și mobilitatea articulațiilor șoldurilor

***Distanța deget medius-linia inter-articulară a genunchiului*** indică amplitudinea înclinației laterale a coloanei vertebrale dorso-lombară

***Măsurarea distanței dintre tragus și acromio*** - identifică deviații în plan frontal ale coloanei vertebrale – segmentul cervical;

***Aprecierea distanței dintre menton și punctul suprasternal*** - identifică deviații în plan frontal ale coloanei vertebrale – segmentul cervical;;

***Înălțimea acromion – sol*** – identifică deviații în plan frontal ale coloanei vertebrale – segmentul toracal;

***Înălțimea spinelor iliace – sol*** – identifică deviații în plan frontal ale coloanei vertebrale – segmentul lombar;

***Distanța dintre condilii femurali*** – se măsoara distanța între cei doi condili interni femurali;