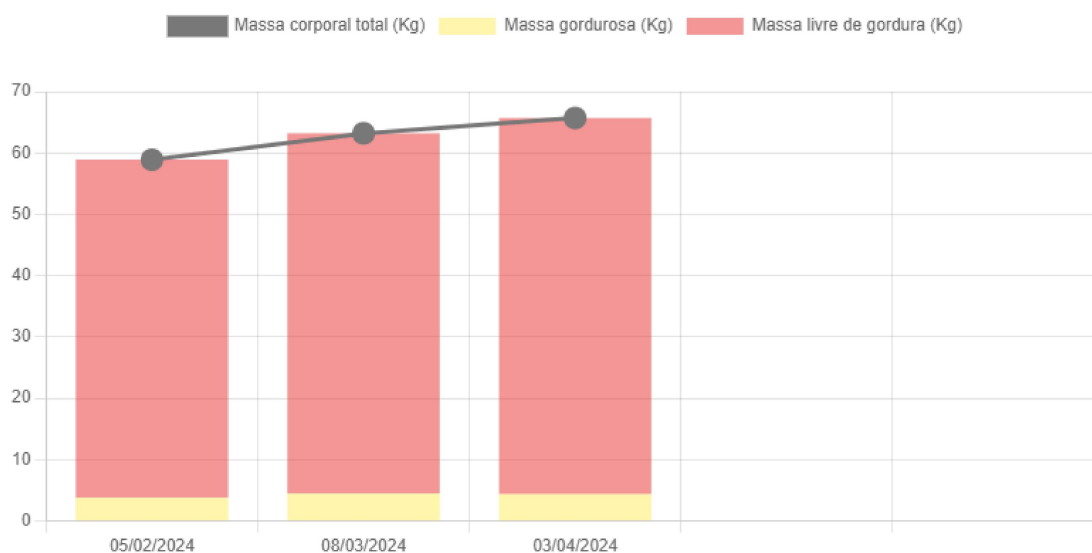




Nome: Victor Hugo Carvalho Cruz

Gráfico de evolução da composição corporal



Parâmetro	05/02/2024	08/03/2024	03/04/2024	-	-
Peso atual (Kg)	58.9	63.2 ↑ (+4.3)	65.7 ↑ (+2.5)	-	-
Altura atual (cm)	180	180	180	-	-
Índice de Massa Corporal (Kg/m²)	18.2	19.5 ↑ (+1.3)	20.3 ↑ (+0.8)	-	-
Classificação do IMC	Baixo P.	Adequado	Adequado	-	-
Relação da Cintura/Quadril (RCQ)	0.85	0.87 ↑ (+0)	0.85 ↓ (0)	-	-
Risco Metabólico por RCQ	Moderado	Moderado	Moderado	-	-
Circ. Musc. do Braço (CMB) (cm)	22.4	23.1 ↑ (+0.7)	23.8 ↑ (+0.7)	-	-
Classificação CMB	Desnut. I	Desnut. I	Desnut. I	-	-
Percentual de Gordura (%)	6.5	7.1 ↑ (+0.6)	6.7 ↓ (-0.4)	-	-
Classif. do % de Gordura	Adequada	Adequada	Adequada	-	-
Massa de gordura (Kg)	3.8	4.5 ↑ (+0.7)	4.4 ↓ (-0.1)	-	-
Massa residual (Kg)	14.2	15.2 ↑ (+1)	15.8 ↑ (+0.6)	-	-
Massa livre de gordura (Kg)	55.1	58.7 ↑ (+3.6)	61.3 ↑ (+2.6)	-	-
Somatório de Dobras (mm)	46	50 ↑ (+4)	47 ↓ (-3)	-	-
Densidade Corporal (g/mL)	1.086	1.085 ↓ (0)	1.086 ↑ (+0)	-	-

Medidas antropométricas

Dobra Tricipital (mm)	5	6 ↑ (+1)	7 ↑ (+1)	-	-
Dobra Abdominal (mm)	9	10 ↑ (+1)	9 ↓ (-1)	-	-
Dobra Subescapular (mm)	10	9 ↓ (-1)	9	-	-
Dobra Axilar Média (mm)	4	4	5 ↑ (+1)	-	-
Dobra da Coxa (mm)	8	9 ↑ (+1)	8 ↓ (-1)	-	-
Dobra Torácica (mm)	6	7 ↑ (+1)	5 ↓ (-2)	-	-
Dobra Suprailíaca (mm)	4	5 ↑ (+1)	4 ↓ (-1)	-	-
Circunferência do Tórax (cm)	85	91 ↑ (+6)	90 ↓ (-1)	-	-
Circunferência do Ombro (cm)	113	118 ↑ (+5)	121 ↑ (+3)	-	-
Circunferência da Cintura (cm)	73	77 ↑ (+4)	76.5 ↓ (-0.5)	-	-
Circunferência do Quadril (cm)	86	89 ↑ (+3)	90 ↑ (+1)	-	-
Circunferência do Abdomen (cm)	75	78.5 ↑ (+3.5)	79 ↑ (+0.5)	-	-
Circunf. do Braço Relaxado (cm)	24	25 ↑ (+1)	26 ↑ (+1)	-	-
Circunf. do Braço Contraído (cm)	26.5	28 ↑ (+1.5)	30 ↑ (+2)	-	-
Circunf. do Antebraço (cm)	20	20	22 ↑ (+2)	-	-
Circunf. Proximal da Coxa (cm)	51	53 ↑ (+2)	54 ↑ (+1)	-	-
Circunf. Medial da Coxa (cm)	46	49 ↑ (+3)	47.5 ↓ (-1.5)	-	-
Circunf. Distal da Coxa (cm)	36	38 ↑ (+2)	40 ↑ (+2)	-	-
Circunf. da Panturrilha (cm)	31	32 ↑ (+1)	32	-	-