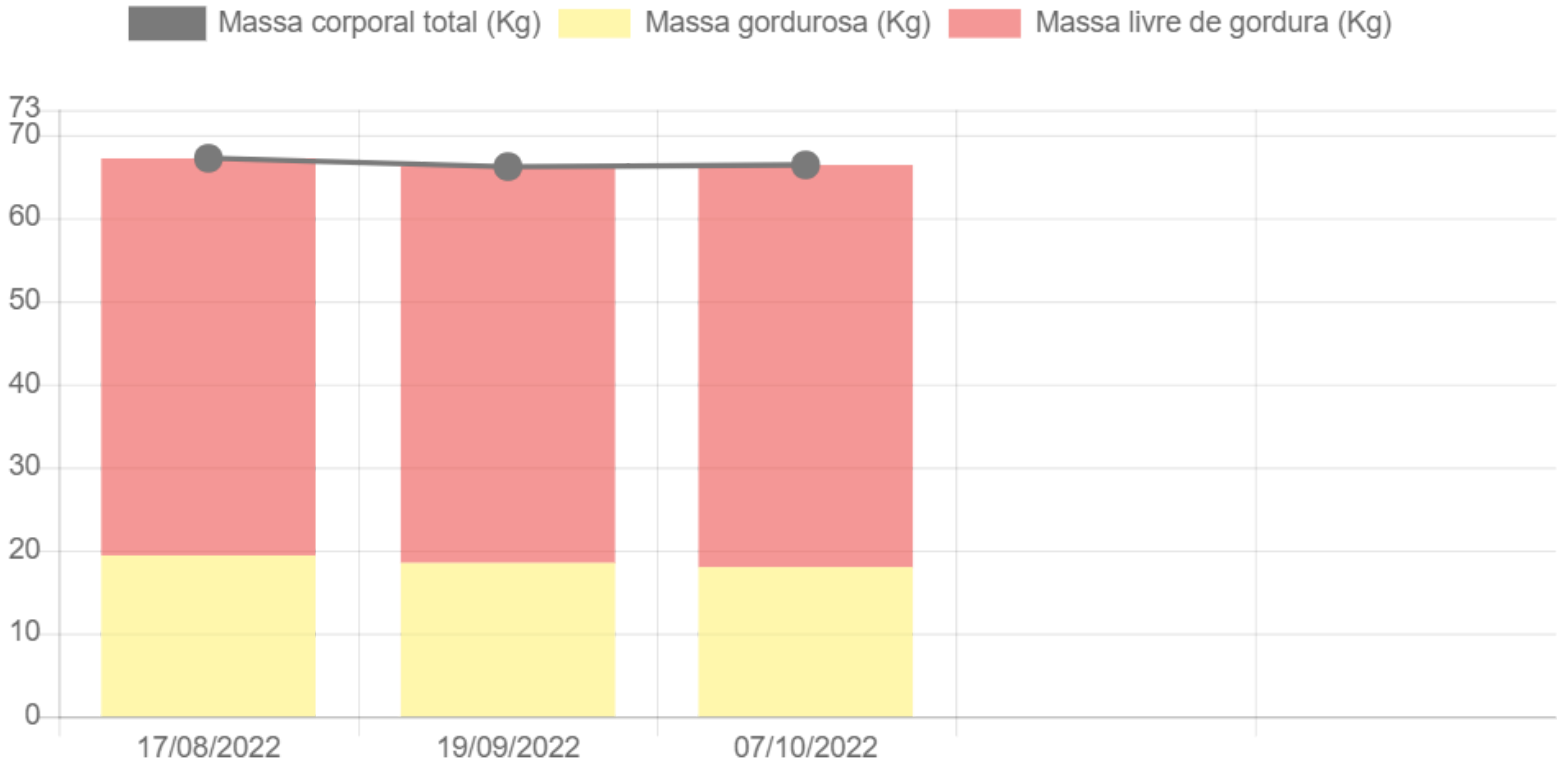




Nome: Renata Verderesi Gonzalez

Gráfico de evolução da composição corporal



Parâmetro	17/08/2022	19/09/2022	07/10/2022	-	-
Peso atual (Kg)	67.2	66.2 ↓ (-1)	66.4 ↑ (+0.2)	-	-
Altura atual (cm)	163.5	163.5	163.5	-	-
Índice de Massa Corporal (Kg/m²)	25.1	24.8 ↓ (-0.3)	24.8	-	-
Classificação do IMC	Sobrepeso	Adequado	Adequado	-	-
Relação da Cintura/Quadril (RCQ)	0.8	0.79 ↓ (0)	0.8 ↑ (+0)	-	-
Risco Metabólico por RCQ	Moderado	Moderado	Moderado	-	-
Circ. Musc. do Braço (CMB) (cm)	22.7	21.5 ↓ (-1.2)	22.3 ↑ (+0.8)	-	-
Classificação CMB	Adequado	Adequado	Adequado	-	-
Percentual de Gordura (%)	28.9	27.9 ↓ (-1)	27.1 ↓ (-0.8)	-	-
Classif. do % de Gordura	Alta I	Alta I	Elevada	-	-
Massa de gordura (Kg)	19.4	18.5 ↓ (-0.9)	18 ↓ (-0.5)	-	-
Massa residual (Kg)	14	13.8 ↓ (-0.2)	13.9 ↑ (+0.1)	-	-
Massa livre de gordura (Kg)	47.8	47.7 ↓ (-0.1)	48.4 ↑ (+0.7)	-	-
Somatório de Dobras (mm)	56	52 ↓ (-4)	49 ↓ (-3)	-	-
Densidade Corporal (g/mL)	1.031	1.034 ↑ (+0)	1.036 ↑ (+0)	-	-

Medidas antropométricas

Dobra Tricipital (mm)	20	19 ↓ (-1)	18 ↓ (-1)	-	-
Dobra Bicipital (mm)	6	5 ↓ (-1)	5	-	-
Dobra Subescapular (mm)	15	14 ↓ (-1)	13 ↓ (-1)	-	-
Dobra Suprailíaca (mm)	15	14 ↓ (-1)	13 ↓ (-1)	-	-
Circunferência do Tórax (cm)	91	91.5 ↑ (+0.5)	91 ↓ (-0.5)	-	-
Circunferência do Ombro (cm)	103	103	104 ↑ (+1)	-	-
Circunferência da Cintura (cm)	77.5	77 ↓ (-0.5)	79 ↑ (+2)	-	-
Circunferência do Quadril (cm)	97	98 ↑ (+1)	99 ↑ (+1)	-	-
Circunferência do Abdomen (cm)	88	88	86.5 ↓ (-1.5)	-	-
Circunf. do Braço Relaxado (cm)	29	27.5 ↓ (-1.5)	28 ↑ (+0.5)	-	-
Circunf. do Braço Contraído (cm)	31	29 ↓ (-2)	29	-	-
Circunf. do Antebraço (cm)	20.5	21 ↑ (+0.5)	22 ↑ (+1)	-	-
Circunf. Proximal da Coxa (cm)	57.5	59 ↑ (+1.5)	57.5 ↓ (-1.5)	-	-
Circunf. Medial da Coxa (cm)	50	52 ↑ (+2)	50 ↓ (-2)	-	-
Circunf. Distal da Coxa (cm)	44	45 ↑ (+1)	43 ↓ (-2)	-	-
Circunf. da Panturrilha (cm)	37.5	37 ↓ (-0.5)	37	-	-