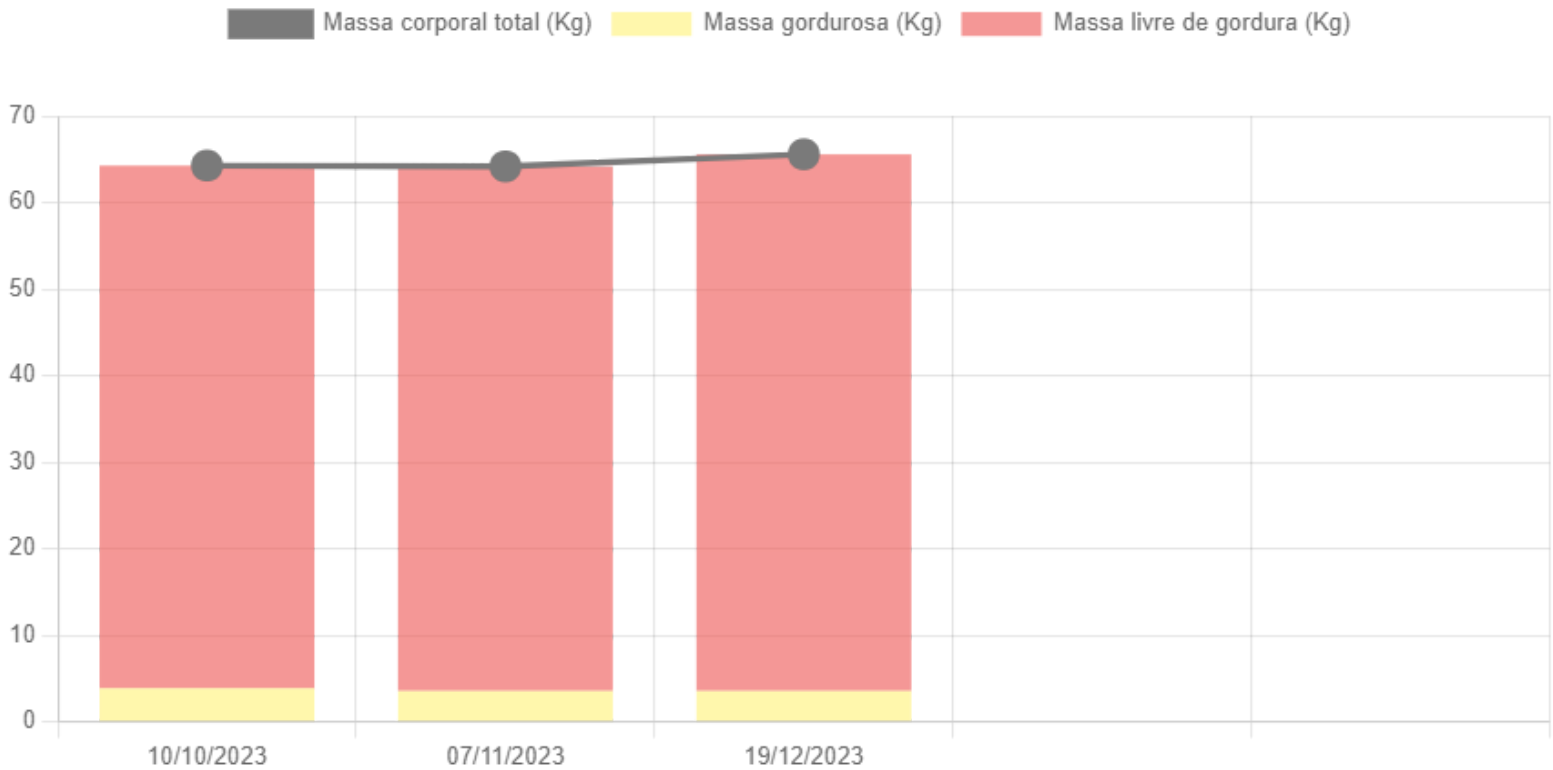




Nome: Eduardo Gabriele Cardamone

Gráfico de evolução da composição corporal



Parâmetro	10/10/2023	07/11/2023	19/12/2023	-	-
Peso atual (Kg)	64.3	64.2 ↓ (-0.1)	65.6 ↑ (+1.4)	-	-
Altura atual (cm)	174	174	174	-	-
Índice de Massa Corporal (Kg/m²)	21.2	21.2	21.7 ↑ (+0.5)	-	-
Classificação do IMC	Adequado	Adequado	Adequado	-	-
Relação da Cintura/Quadril (RCQ)	0.81	0.82 ↑ (+0)	0.81 ↓ (0)	-	-
Risco Metabólico por RCQ	Baixo	Baixo	Baixo	-	-
Circ. Musc. do Braço (CMB) (cm)	27.5	26.8 ↓ (-0.7)	26.8	-	-
Classificação CMB	Adequado	Adequado	Adequado	-	-
Percentual de Gordura (%)	6.1	5.6 ↓ (-0.5)	5.4 ↓ (-0.2)	-	-
Classif. do % de Gordura	Adequada	Excelente	Excelente	-	-
Massa de gordura (Kg)	3.9	3.6 ↓ (-0.3)	3.6	-	-
Massa residual (Kg)	15.5	15.5	15.8 ↑ (+0.3)	-	-
Massa livre de gordura (Kg)	60.4	60.6 ↑ (+0.2)	62 ↑ (+1.4)	-	-
Somatório de Dobras (mm)	49	45 ↓ (-4)	44 ↓ (-1)	-	-
Densidade Corporal (g/mL)	1.087	1.089 ↑ (+0)	1.089	-	-

Medidas antropométricas

Dobra Tricipital (mm)	8	7 ↓ (-1)	7	-	-
Dobra Abdominal (mm)	10	9 ↓ (-1)	8 ↓ (-1)	-	-
Dobra Subescapular (mm)	6	7 ↑ (+1)	6 ↓ (-1)	-	-
Dobra Axilar Média (mm)	4	5 ↑ (+1)	5	-	-
Dobra da Coxa (mm)	11	7 ↓ (-4)	9 ↑ (+2)	-	-
Dobra Torácica (mm)	5	5	4 ↓ (-1)	-	-
Dobra Suprailíaca (mm)	5	5	5	-	-
Circunferência do Pescoço (cm)	36	-	-	-	-
Circunferência do Tórax (cm)	94	90 ↓ (-4)	90	-	-
Circunferência do Ombro (cm)	116	114 ↓ (-2)	116 ↑ (+2)	-	-
Circunferência da Cintura (cm)	71	71	71.5 ↑ (+0.5)	-	-
Circunferência do Quadril (cm)	88	86.5 ↓ (-1.5)	88 ↑ (+1.5)	-	-
Circunferência do Abdomen (cm)	74	74	74.5 ↑ (+0.5)	-	-
Circunf. do Braço Relaxado (cm)	30	29 ↓ (-1)	29	-	-
Circunf. do Braço Contraído (cm)	32	33 ↑ (+1)	32.5 ↓ (-0.5)	-	-
Circunf. do Antebraço (cm)	23	24 ↑ (+1)	25.5 ↑ (+1.5)	-	-
Circunf. Proximal da Coxa (cm)	54	54.5 ↑ (+0.5)	55 ↑ (+0.5)	-	-
Circunf. Medial da Coxa (cm)	52.5	53 ↑ (+0.5)	54 ↑ (+1)	-	-
Circunf. Distal da Coxa (cm)	47	43.5 ↓ (-3.5)	47 ↑ (+3.5)	-	-
Circunf. da Panturrilha (cm)	34	35 ↑ (+1)	34 ↓ (-1)	-	-