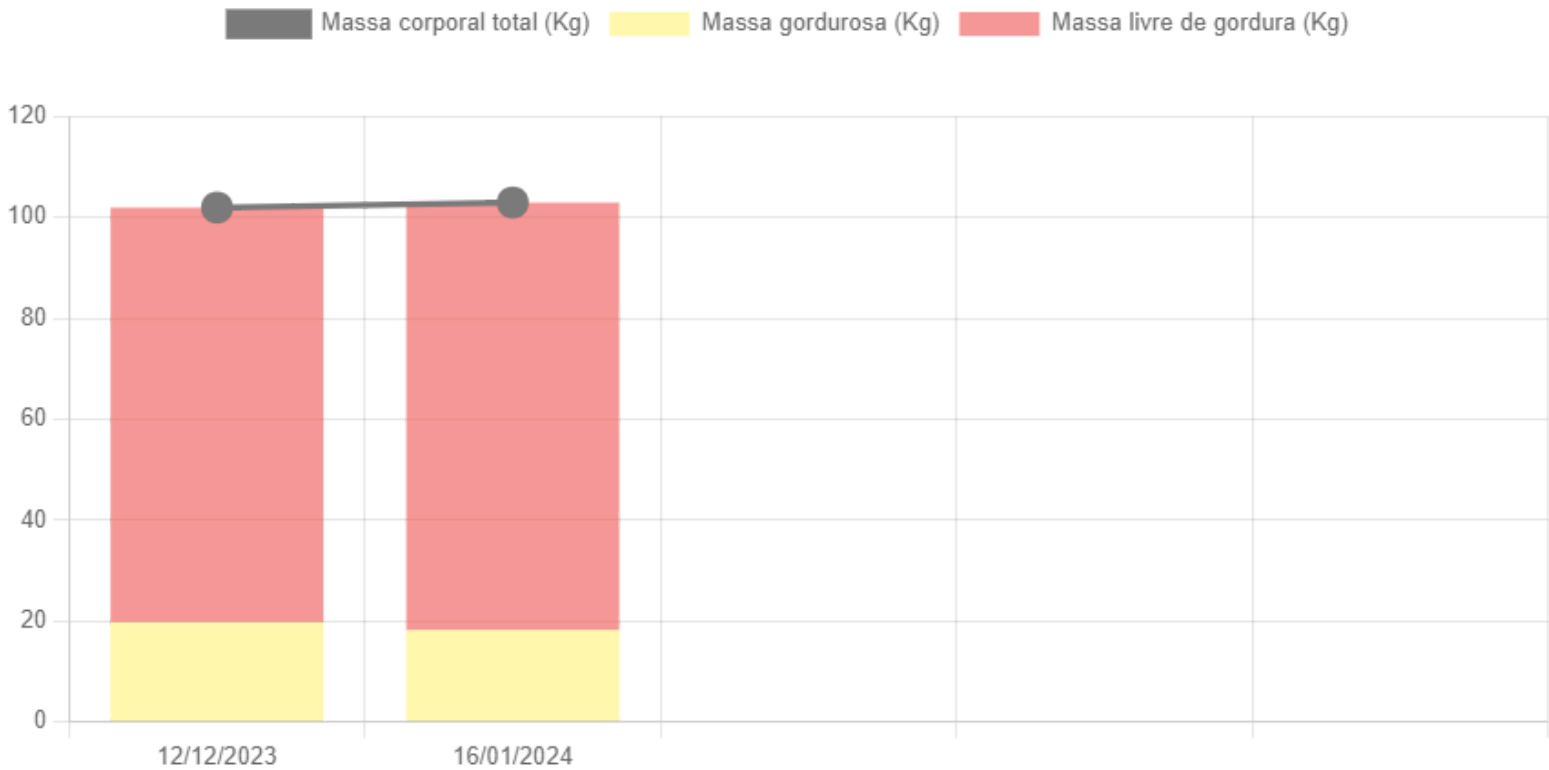




Nome: Gustavo Ricardo Florentino Rodrigues

Gráfico de evolução da composição corporal



| Parâmetro | 12/12/2023 | 16/01/2024 | - | - | - |
|----------------------------------|------------|---------------|---|---|---|
| Peso atual (Kg) | 101.9 | 102.9 ↑ (+1) | - | - | - |
| Altura atual (cm) | 184 | 184 | - | - | - |
| Índice de Massa Corporal (Kg/m²) | 30.1 | 30.4 ↑ (+0.3) | - | - | - |
| Classificação do IMC | Obesid. 1 | Obesid. 1 | - | - | - |
| Relação da Cintura/Quadril (RCQ) | 0.89 | 0.91 ↑ (+0) | - | - | - |
| Risco Metabólico por RCQ | Alto | Alto | - | - | - |
| Circ. Musc. do Braço (CMB) (cm) | 34.2 | 36 ↑ (+1.8) | - | - | - |
| Classificação CMB | Adequado | Adequado | - | - | - |
| Percentual de Gordura (%) | 19.5 | 17.7 ↓ (-1.8) | - | - | - |
| Classif. do % de Gordura | Alta I | Elevada | - | - | - |
| Massa de gordura (Kg) | 19.8 | 18.2 ↓ (-1.6) | - | - | - |
| Massa residual (Kg) | 24.6 | 24.8 ↑ (+0.2) | - | - | - |
| Massa livre de gordura (Kg) | 82.1 | 84.7 ↑ (+2.6) | - | - | - |
| Somatório de Dobras (mm) | 141 | 125 ↓ (-16) | - | - | - |
| Densidade Corporal (g/mL) | 1.054 | 1.058 ↑ (+0) | - | - | - |

Medidas antropométricas

| | | | | | |
|----------------------------------|-----|---------------|---|---|---|
| Dobra Tricipital (mm) | 9 | 8 ↓ (-1) | - | - | - |
| Dobra Abdominal (mm) | 30 | 31 ↑ (+1) | - | - | - |
| Dobra Subescapular (mm) | 34 | 23 ↓ (-11) | - | - | - |
| Dobra Axilar Média (mm) | 15 | 14 ↓ (-1) | - | - | - |
| Dobra da Coxa (mm) | 17 | 13 ↓ (-4) | - | - | - |
| Dobra Torácica (mm) | 17 | 17 | - | - | - |
| Dobra Suprailíaca (mm) | 19 | 19 | - | - | - |
| Circunferência do Tórax (cm) | 110 | 109 ↓ (-1) | - | - | - |
| Circunferência do Ombro (cm) | 136 | 135 ↓ (-1) | - | - | - |
| Circunferência da Cintura (cm) | 92 | 93.5 ↑ (+1.5) | - | - | - |
| Circunferência do Quadril (cm) | 103 | 103 | - | - | - |
| Circunferência do Abdomen (cm) | 94 | 96 ↑ (+2) | - | - | - |
| Circunf. do Braço Relaxado (cm) | 37 | 38.5 ↑ (+1.5) | - | - | - |
| Circunf. do Braço Contraído (cm) | 41 | 41 | - | - | - |
| Circunf. do Antebraço (cm) | 28 | 30 ↑ (+2) | - | - | - |
| Circunf. Proximal da Coxa (cm) | 66 | 68 ↑ (+2) | - | - | - |
| Circunf. Medial da Coxa (cm) | 62 | 63 ↑ (+1) | - | - | - |
| Circunf. Distal da Coxa (cm) | 57 | 55 ↓ (-2) | - | - | - |
| Circunf. da Panturrilha (cm) | 34 | 42 ↑ (+8) | - | - | - |