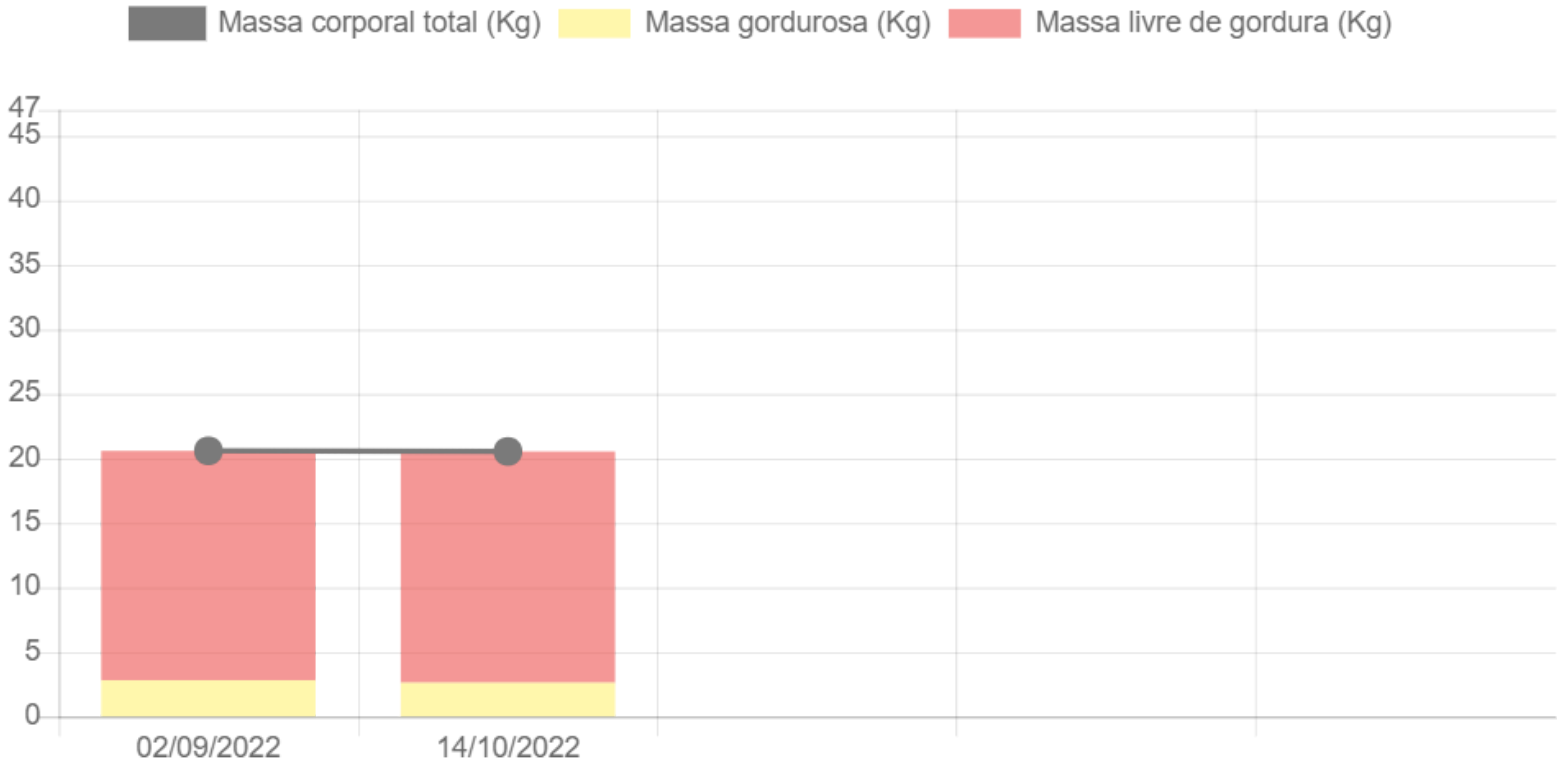




Nome: Pamela Oliveira Nunes

Gráfico de evolução da composição corporal



Parâmetro	02/09/2022	14/10/2022	-	-	-
Peso atual (Kg)	43.1	43 ↓ (-0.1)	-	-	-
Altura atual (cm)	149	149	-	-	-
Índice de Massa Corporal (Kg/m²)	19.4	19.4	-	-	-
Classificação do IMC	Adequado	Adequado	-	-	-
Relação da Cintura/Quadril (RCQ)	0.79	0.78 ↓ (0)	-	-	-
Risco Metabólico por RCQ	Moderado	Moderado	-	-	-
Circ. Musc. do Braço (CMB) (cm)	21.2	22 ↑ (+0.8)	-	-	-
Classificação CMB	Adequado	Adequado	-	-	-
Percentual de Gordura (%)	13.7	12.7 ↓ (-1)	-	-	-
Classif. do % de Gordura	Baixa	Baixa	-	-	-
Massa de gordura (Kg)	5.9	5.5 ↓ (-0.4)	-	-	-
Massa residual (Kg)	9	9	-	-	-
Massa livre de gordura (Kg)	37.2	37.5 ↑ (+0.3)	-	-	-
Somatório de Dobras (mm)	56	50 ↓ (-6)	-	-	-
Densidade Corporal (g/mL)	1.068	1.071 ↑ (+0)	-	-	-

Medidas antropométricas

Dobra Tricipital (mm)	9	8 ↓ (-1)	-	-	-
Dobra Abdominal (mm)	5	3 ↓ (-2)	-	-	-
Dobra Subescapular (mm)	8	9 ↑ (+1)	-	-	-
Dobra Axilar Média (mm)	6	4 ↓ (-2)	-	-	-
Dobra da Coxa (mm)	12	12	-	-	-
Dobra Torácica (mm)	9	7 ↓ (-2)	-	-	-
Dobra Suprailíaca (mm)	7	7	-	-	-
Circunferência do Tórax (cm)	0.75	73.5 ↑ (+72.8)	-	-	-
Circunferência do Ombro (cm)	90	90	-	-	-
Circunferência da Cintura (cm)	63	62 ↓ (-1)	-	-	-
Circunferência do Quadril (cm)	80	80	-	-	-
Circunferência do Abdomen (cm)	67	69.5 ↑ (+2.5)	-	-	-
Circunf. do Braço Relaxado (cm)	24	24.5 ↑ (+0.5)	-	-	-
Circunf. do Braço Contraído (cm)	25.5	25.5	-	-	-
Circunf. do Antebraço (cm)	18	17.5 ↓ (-0.5)	-	-	-
Circunf. Proximal da Coxa (cm)	47	46 ↓ (-1)	-	-	-
Circunf. Medial da Coxa (cm)	44.5	43 ↓ (-1.5)	-	-	-
Circunf. Distal da Coxa (cm)	38	36 ↓ (-2)	-	-	-
Circunf. da Panturrilha (cm)	29	30 ↑ (+1)	-	-	-