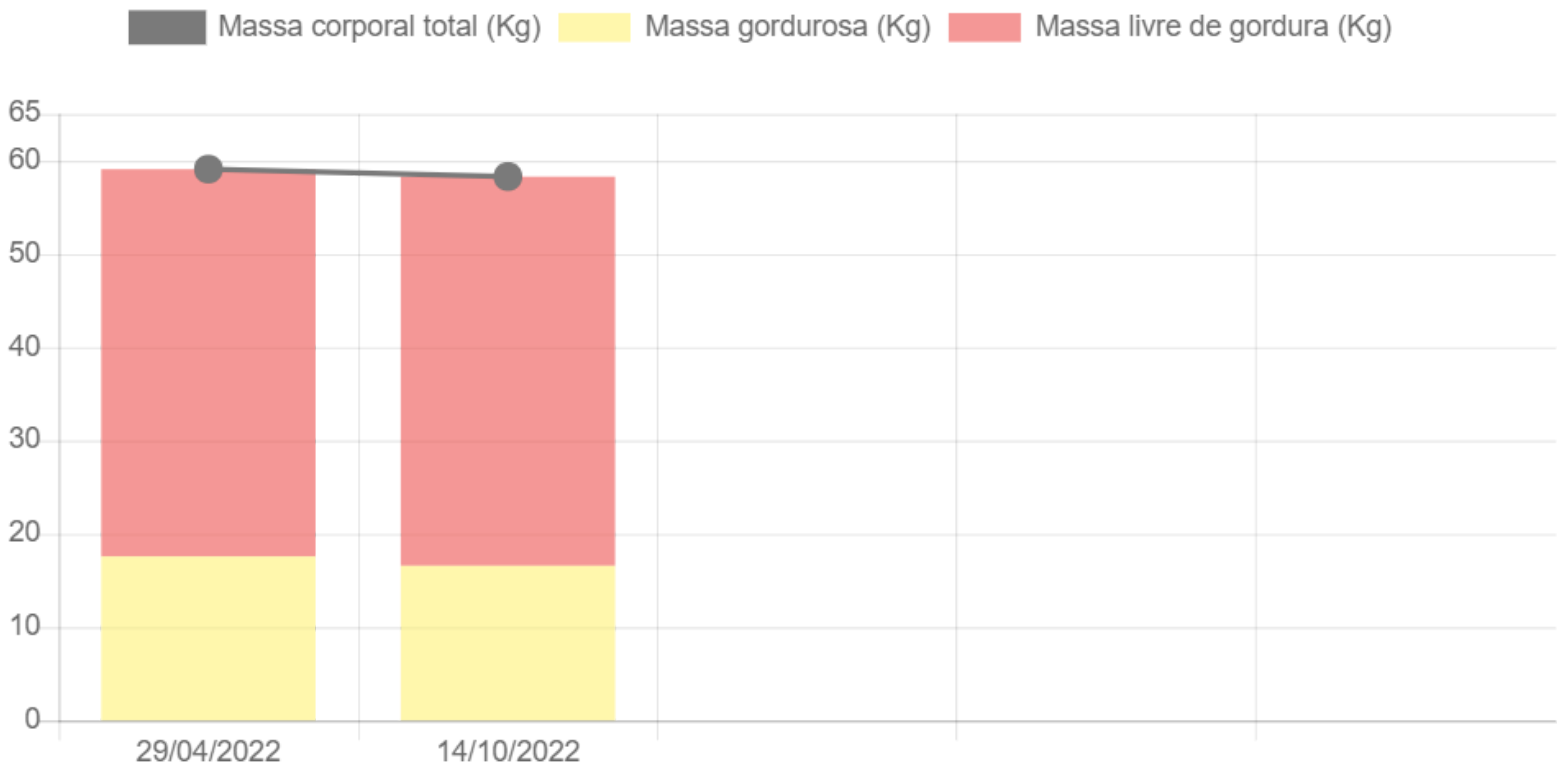




Nome: Eremita Gama

Gráfico de evolução da composição corporal



Parâmetro	29/04/2022	14/10/2022	-	-	-
Peso atual (Kg)	59.1	58.3 ↓ (-0.8)	-	-	-
Altura atual (cm)	148	148	-	-	-
Índice de Massa Corporal (Kg/m²)	27	26.6 ↓ (-0.4)	-	-	-
Classificação do IMC	Sobrepeso	Sobrepeso	-	-	-
Relação da Cintura/Quadril (RCQ)	0.79	0.79	-	-	-
Risco Metabólico por RCQ	Moderado	Moderado	-	-	-
Circ. Musc. do Braço (CMB) (cm)	24.2	22.5 ↓ (-1.7)	-	-	-
Classificação CMB	Adequado	Adequado	-	-	-
Percentual de Gordura (%)	29.8	28.4 ↓ (-1.4)	-	-	-
Classif. do % de Gordura	Alta I	Alta I	-	-	-
Massa de gordura (Kg)	17.6	16.6 ↓ (-1)	-	-	-
Massa residual (Kg)	12.4	12.2 ↓ (-0.2)	-	-	-
Massa livre de gordura (Kg)	41.5	41.7 ↑ (+0.2)	-	-	-
Somatório de Dobras (mm)	60	54 ↓ (-6)	-	-	-
Densidade Corporal (g/mL)	1.029	1.032 ↑ (+0)	-	-	-

Medidas antropométricas

Dobra Tricipital (mm)	17	19 ↑ (+2)	-	-	-
Dobra Bicipital (mm)	9	7 ↓ (-2)	-	-	-
Dobra Subescapular (mm)	21	19 ↓ (-2)	-	-	-
Dobra Suprailíaca (mm)	13	9 ↓ (-4)	-	-	-
Circunferência do Tórax (cm)	84.5	81 ↓ (-3.5)	-	-	-
Circunferência do Ombro (cm)	99	98 ↓ (-1)	-	-	-
Circunferência da Cintura (cm)	75.5	73.5 ↓ (-2)	-	-	-
Circunferência do Quadril (cm)	95	93 ↓ (-2)	-	-	-
Circunferência do Abdomen (cm)	80	84 ↑ (+4)	-	-	-
Circunf. do Braço Relaxado (cm)	29.5	28.5 ↓ (-1)	-	-	-
Circunf. do Braço Contraído (cm)	30	29.5 ↓ (-0.5)	-	-	-
Circunf. do Antebraço (cm)	24.5	22 ↓ (-2.5)	-	-	-
Circunf. Proximal da Coxa (cm)	61	59 ↓ (-2)	-	-	-
Circunf. Medial da Coxa (cm)	57	55 ↓ (-2)	-	-	-
Circunf. Distal da Coxa (cm)	47	44 ↓ (-3)	-	-	-
Circunf. da Panturrilha (cm)	37	37	-	-	-