



Nome: Ricardo Spartano Romano

Gráfico de evolução da composição corporal



Parâmetro	24/04/2024	-	-	-	-
Peso atual (Kg)	79.6	-	-	-	-
Altura atual (cm)	177	-	-	-	-
Índice de Massa Corporal (Kg/m²)	25.4	-	-	-	-
Classificação do IMC	Sobrepeso	-	-	-	-
Relação da Cintura/Quadril (RCQ)	0.85	-	-	-	-
Risco Metabólico por RCQ	Baixo	-	-	-	-
Circ. Musc. do Braço (CMB) (cm)	33.7	-	-	-	-
Classificação CMB	Adequado	-	-	-	-
Percentual de Gordura (%)	10.1	-	-	-	-
Classif. do % de Gordura	Baixa	-	-	-	-
Massa de gordura (Kg)	8.1	-	-	-	-
Massa residual (Kg)	19.2	-	-	-	-
Massa livre de gordura (Kg)	71.5	-	-	-	-
Somatório de Dobras (mm)	53	-	-	-	-
Densidade Corporal (g/mL)	1.077	-	-	-	-

Medidas antropométricas

Dobra Tricipital (mm)	4	-	-	-	-
Dobra Abdominal (mm)	11	-	-	-	-
Dobra Subescapular (mm)	10	-	-	-	-
Dobra Axilar Média (mm)	5	-	-	-	-
Dobra da Coxa (mm)	11	-	-	-	-
Dobra Torácica (mm)	6	-	-	-	-
Dobra Suprailíaca (mm)	6	-	-	-	-
Circunferência do Tórax (cm)	97	-	-	-	-
Circunferência do Ombro (cm)	119	-	-	-	-
Circunferência da Cintura (cm)	84	-	-	-	-
Circunferência do Quadril (cm)	99	-	-	-	-
Circunferência do Abdomen (cm)	88	-	-	-	-
Circunf. do Braço Relaxado (cm)	35	-	-	-	-
Circunf. do Braço Contraído (cm)	37	-	-	-	-
Circunf. do Antebraço (cm)	30	-	-	-	-
Circunf. Proximal da Coxa (cm)	60	-	-	-	-
Circunf. Medial da Coxa (cm)	52	-	-	-	-
Circunf. Distal da Coxa (cm)	49	-	-	-	-
Circunf. da Panturrilha (cm)	37	-	-	-	-