

## **Mariana Beraldo**

Percentual gordura: 32,9 %

Ideal: 21 a 27%

Massa magra: 43,9%

Ideal: 42 a 45%

Peso: 64

Ideal: 54 – 59kg

Agua: 47,6 %

Ideal: 50 a 60%

Taxa metabólica basal: 1478 kcal

Relação cintura quadril: 0,75

Ideal: Abaixo de 0,80