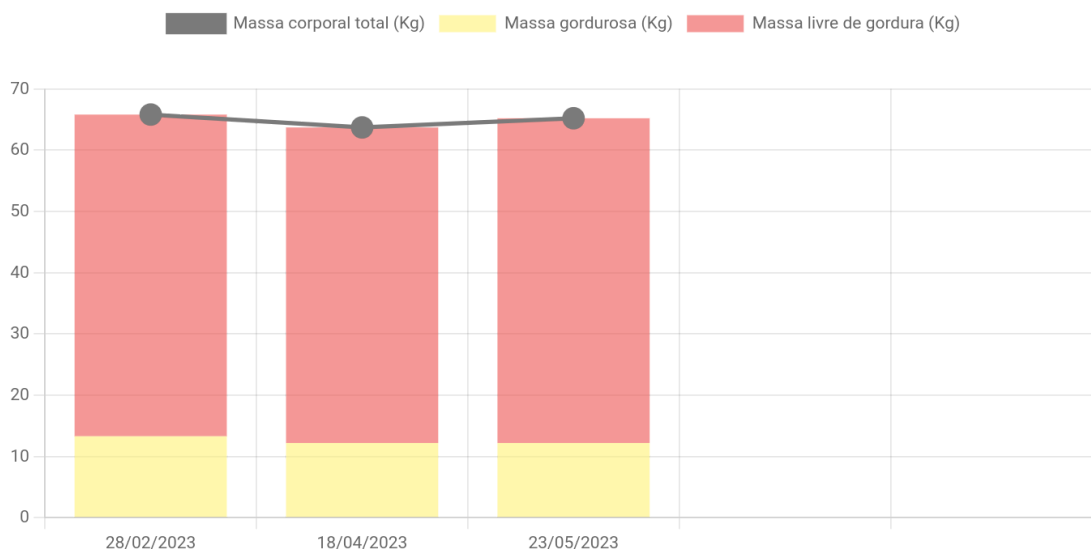




Nome: Juliane Cardamone

Gráfico de evolução da composição corporal



Parâmetro	28/02/2023	18/04/2023	23/05/2023	-	-
Peso atual (Kg)	65.8	63.7 ↓ (-2.1)	65.2 ↑ (+1.5)	-	-
Altura atual (cm)	156	156	156	-	-
Índice de Massa Corporal (Kg/m ²)	27	26.2 ↓ (-0.8)	26.8 ↑ (+0.6)	-	-
Classificação do IMC	Sobrepeso	Sobrepeso	Sobrepeso	-	-
Relação da Cintura/Quadril (RCQ)	0.77	0.81 ↑ (+0)	0.81	-	-
Risco Metabólico por RCQ	Moderado	Alto	Alto	-	-
Circ. Musc. do Braço (CMB) (cm)	22.8	23.5 ↑ (+0.7)	23.2 ↓ (-0.3)	-	-
Classificação CMB	Adequado	Adequado	Adequado	-	-
Percentual de Gordura (%)	20.2	19.1 ↓ (-1.1)	18.6 ↓ (-0.5)	-	-
Classif. do % de Gordura	Adequada	Adequada	Excelente	-	-
Massa de gordura (Kg)	13.3	12.2 ↓ (-1.1)	12.2	-	-
Massa residual (Kg)	13.8	13.3 ↓ (-0.5)	13.6 ↑ (+0.3)	-	-
Massa livre de gordura (Kg)	52.5	51.5 ↓ (-1)	53 ↑ (+1.5)	-	-
Somatório de Dobras (mm)	94	87 ↓ (-7)	84 ↓ (-3)	-	-

Medidas antropométricas

Dobra Tricipital (mm)	30	28 ↓ (-2)	28	-	-
-----------------------	----	-----------	----	---	---

Dobra Bicipital (mm)	20	21 ↑ (+1)	20 ↓ (-1)	-	-
Dobra Abdominal (mm)	23	23	21 ↓ (-2)	-	-
Dobra Subescapular (mm)	18	17 ↓ (-1)	16 ↓ (-1)	-	-
Dobra Axilar Média (mm)	17	18 ↑ (+1)	18	-	-
Dobra Suprailíaca (mm)	23	19 ↓ (-4)	19	-	-
Circunferência da Cintura (cm)	83.1	84.3 ↑ (+1.2)	85 ↑ (+0.7)	-	-
Circunferência do Quadril (cm)	107.9	104.5 ↓ (-3.4)	105.5 ↑ (+1)	-	-
Circunf. do Braço Relaxado (cm)	32.2	32.3 ↑ (+0.1)	32 ↓ (-0.3)	-	-
Circunf. Medial da Coxa (cm)	54.5	54.3 ↓ (-0.2)	51 ↓ (-3.3)	-	-