



Nome: Raquel Augusta Nunes Da Silva

Gráfico de evolução da composição corporal



Parâmetro	21/02/2024	-	-	-	-
Peso atual (Kg)	57.3	-	-	-	-
Altura atual (cm)	159	-	-	-	-
Índice de Massa Corporal (Kg/m ²)	22.7	-	-	-	-
Classificação do IMC	Adequado	-	-	-	-
Relação da Cintura/Quadril (RCQ)	0.7	-	-	-	-
Risco Metabólico por RCQ	Baixo	-	-	-	-
Circ. Musc. do Braço (CMB) (cm)	20	-	-	-	-
Classificação CMB	Adequado	-	-	-	-
Percentual de Gordura (%)	23.3	-	-	-	-
Classif. do % de Gordura	Alta I	-	-	-	-
Massa de gordura (Kg)	13.4	-	-	-	-
Massa residual (Kg)	12	-	-	-	-
Massa livre de gordura (Kg)	43.9	-	-	-	-
Somatório de Dobras (mm)	119	-	-	-	-
Densidade Corporal (g/mL)	1.045	-	-	-	-

Medidas antropométricas

Dobra Tricipital (mm)	19	-	-	-	-
Dobra Abdominal (mm)	20	-	-	-	-
Dobra Subescapular (mm)	16	-	-	-	-
Dobra Axilar Média (mm)	11	-	-	-	-
Dobra da Coxa (mm)	28	-	-	-	-
Dobra Torácica (mm)	10	-	-	-	-
Dobra Suprailíaca (mm)	15	-	-	-	-
Circunferência do Tórax (cm)	85	-	-	-	-
Circunferência do Ombro (cm)	100	-	-	-	-
Circunferência da Cintura (cm)	69	-	-	-	-
Circunferência do Quadril (cm)	99	-	-	-	-
Circunferência do Abdomen (cm)	81	-	-	-	-
Circunf. do Braço Relaxado (cm)	26	-	-	-	-
Circunf. do Braço Contraído (cm)	26.5	-	-	-	-
Circunf. do Antebraço (cm)	21.5	-	-	-	-
Circunf. Proximal da Coxa (cm)	55	-	-	-	-
Circunf. Medial da Coxa (cm)	50	-	-	-	-
Circunf. Distal da Coxa (cm)	43	-	-	-	-
Circunf. da Panturrilha (cm)	34	-	-	-	-