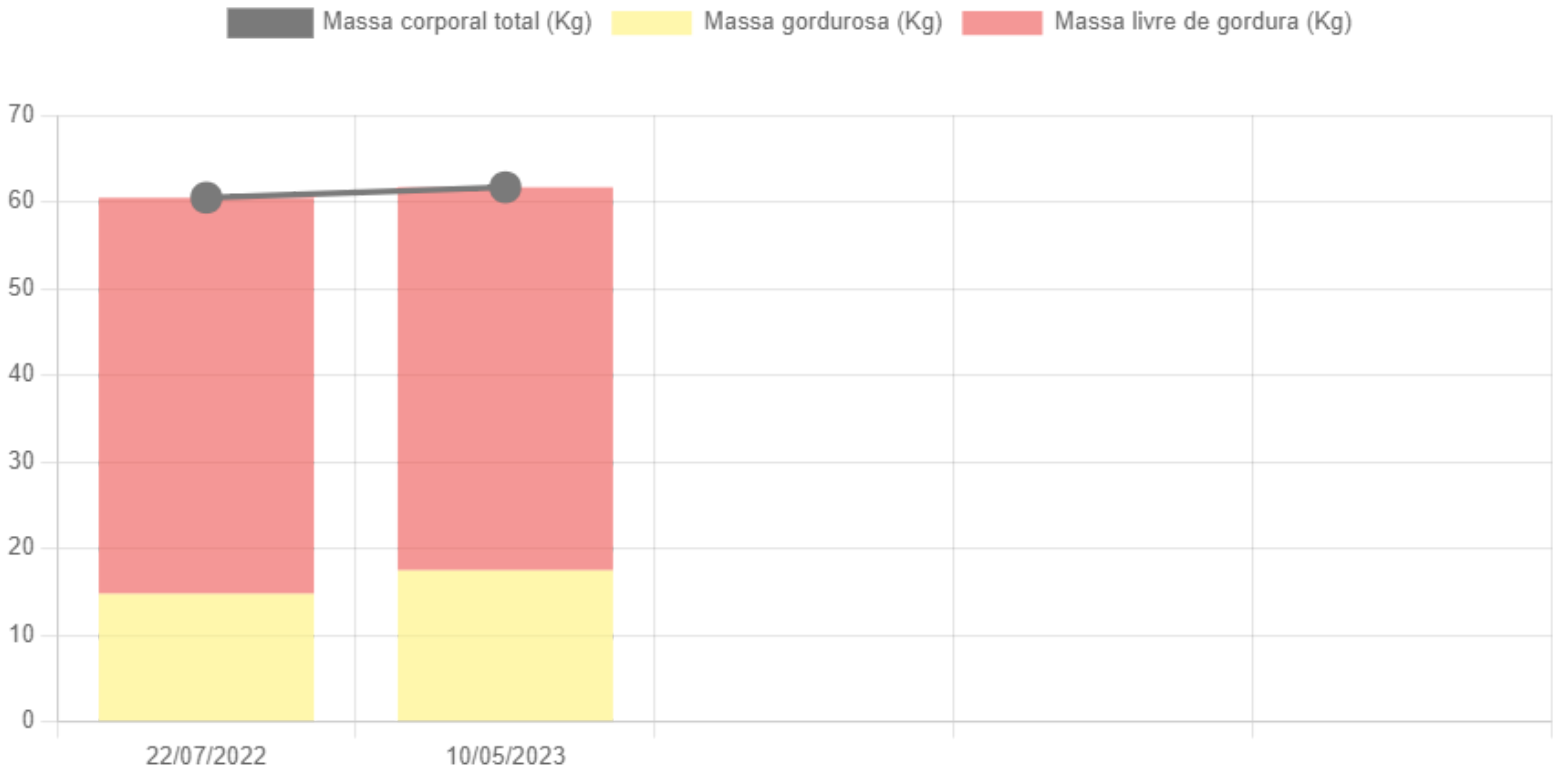




Nome: Graziela Zanella Oliveira Dalgê

Gráfico de evolução da composição corporal



Parâmetro	22/07/2022	10/05/2023	-	-	-
Peso atual (Kg)	60.5	61.7 ↑ (+1.2)	-	-	-
Altura atual (cm)	163	163	-	-	-
Índice de Massa Corporal (Kg/m²)	22.8	23.2 ↑ (+0.4)	-	-	-
Classificação do IMC	Adequado	Adequado	-	-	-
Relação da Cintura/Quadril (RCQ)	0.72	0.76 ↑ (+0)	-	-	-
Risco Metabólico por RCQ	Moderado	Moderado	-	-	-
Circ. Musc. do Braço (CMB) (cm)	21.7	21.8 ↑ (+0.1)	-	-	-
Classificação CMB	Adequado	Adequado	-	-	-
Percentual de Gordura (%)	24.5	28.4 ↑ (+3.9)	-	-	-
Classif. do % de Gordura	Alta I	Alta III	-	-	-
Massa de gordura (Kg)	14.8	17.5 ↑ (+2.7)	-	-	-
Massa residual (Kg)	12.6	12.9 ↑ (+0.3)	-	-	-
Massa livre de gordura (Kg)	45.7	44.2 ↓ (-1.5)	-	-	-
Somatório de Dobras (mm)	133	54 ↓ (-79)	-	-	-
Densidade Corporal (g/mL)	1.042	1.032 ↓ (0)	-	-	-

Medidas antropométricas

Dobra Tricipital (mm)	17	18 ↑ (+1)	-	-	-
Dobra Bicipital (mm)	-	10	-	-	-
Dobra Abdominal (mm)	24	-	-	-	-
Dobra Subescapular (mm)	19	15 ↓ (-4)	-	-	-
Dobra Axilar Média (mm)	12	-	-	-	-
Dobra da Coxa (mm)	34	-	-	-	-
Dobra Torácica (mm)	15	-	-	-	-
Dobra Suprailíaca (mm)	12	11 ↓ (-1)	-	-	-
Circunferência do Tórax (cm)	82	83 ↑ (+1)	-	-	-
Circunferência do Ombro (cm)	97.5	102 ↑ (+4.5)	-	-	-
Circunferência da Cintura (cm)	68	71 ↑ (+3)	-	-	-
Circunferência do Quadril (cm)	94	94	-	-	-
Circunferência do Abdomen (cm)	86	88 ↑ (+2)	-	-	-
Circunf. do Braço Relaxado (cm)	27	27.5 ↑ (+0.5)	-	-	-
Circunf. do Braço Contraído (cm)	28.5	30 ↑ (+1.5)	-	-	-
Circunf. do Antebraço (cm)	21.5	23.5 ↑ (+2)	-	-	-
Circunf. Proximal da Coxa (cm)	57.5	57 ↓ (-0.5)	-	-	-
Circunf. Medial da Coxa (cm)	53	53	-	-	-
Circunf. Distal da Coxa (cm)	45	45.5 ↑ (+0.5)	-	-	-
Circunf. da Panturrilha (cm)	36	34 ↓ (-2)	-	-	-