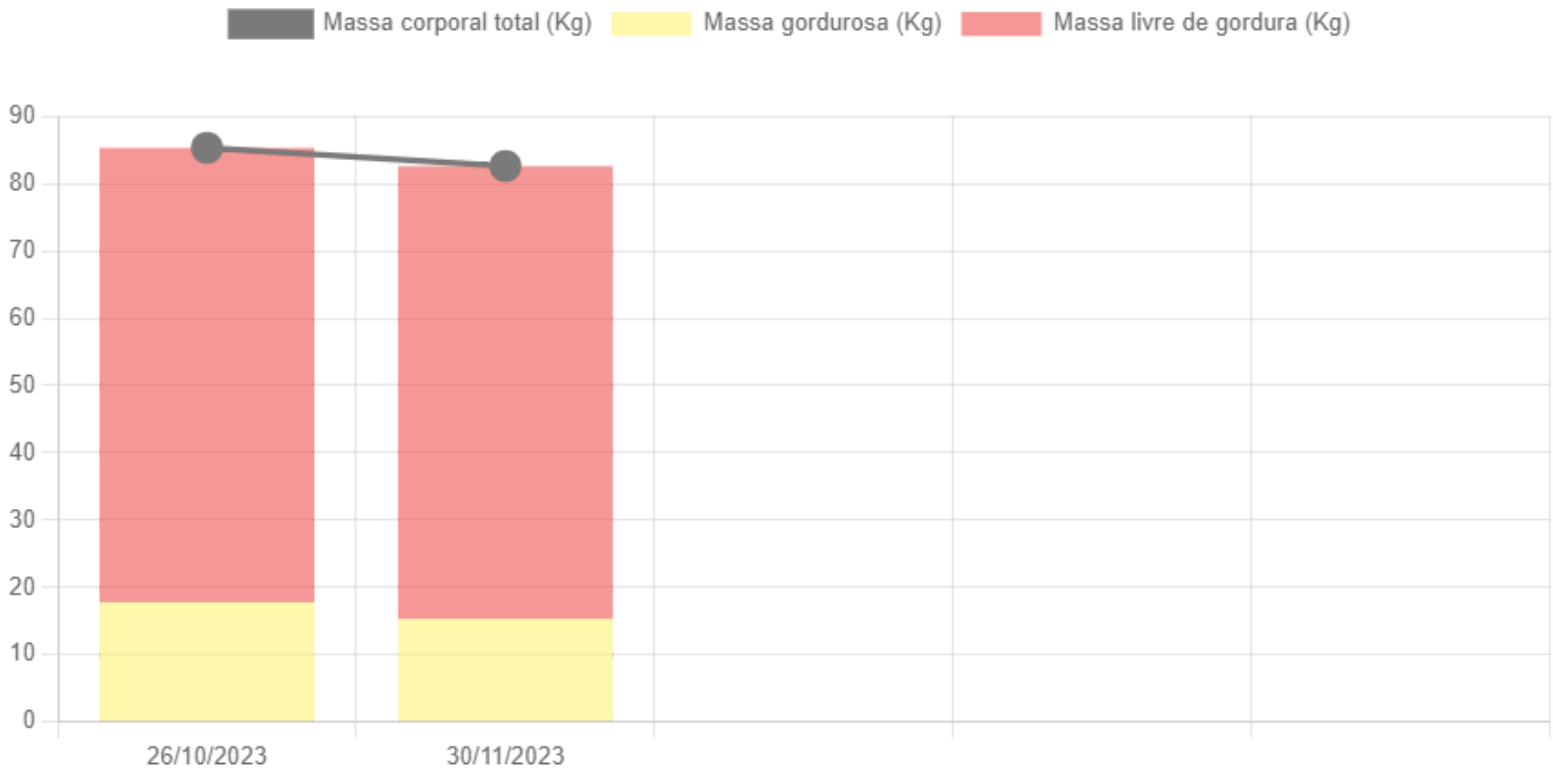




Nome: Martim Arruda Botelho Lavillotti

Gráfico de evolução da composição corporal



Parâmetro	26/10/2023	30/11/2023	-	-	-
Peso atual (Kg)	85.3	82.6 ↓ (-2.7)	-	-	-
Altura atual (cm)	174	174	-	-	-
Índice de Massa Corporal (Kg/m²)	28.2	27.3 ↓ (-0.9)	-	-	-
Classificação do IMC	Sobrepeso	Sobrepeso	-	-	-
Relação da Cintura/Quadril (RCQ)	0.8	0.78 ↓ (0)	-	-	-
Risco Metabólico por RCQ	Baixo	Baixo	-	-	-
Circ. Musc. do Braço (CMB) (cm)	26.6	26.5 ↓ (-0.1)	-	-	-
Classificação CMB	Adequado	Adequado	-	-	-
Percentual de Gordura (%)	20.9	18.5 ↓ (-2.4)	-	-	-
Classif. do % de Gordura	Alta III	Alta II	-	-	-
Massa de gordura (Kg)	17.8	15.3 ↓ (-2.5)	-	-	-
Massa residual (Kg)	20.6	19.9 ↓ (-0.7)	-	-	-
Massa livre de gordura (Kg)	67.5	67.3 ↓ (-0.2)	-	-	-
Somatório de Dobras (mm)	157	136 ↓ (-21)	-	-	-
Densidade Corporal (g/mL)	1.05	1.056 ↑ (+0)	-	-	-

Medidas antropométricas

Dobra Tricipital (mm)	14	11 ↓ (-3)	-	-	-
Dobra Abdominal (mm)	23	24 ↑ (+1)	-	-	-
Dobra Subescapular (mm)	13	10 ↓ (-3)	-	-	-
Dobra Axilar Média (mm)	19	17 ↓ (-2)	-	-	-
Dobra da Coxa (mm)	39	35 ↓ (-4)	-	-	-
Dobra Torácica (mm)	27	21 ↓ (-6)	-	-	-
Dobra Suprailíaca (mm)	22	18 ↓ (-4)	-	-	-
Circunferência do Pescoço (cm)	37	37	-	-	-
Circunferência do Tórax (cm)	97	96 ↓ (-1)	-	-	-
Circunferência do Ombro (cm)	116	112 ↓ (-4)	-	-	-
Circunferência da Cintura (cm)	87	83 ↓ (-4)	-	-	-
Circunferência do Quadril (cm)	109	107 ↓ (-2)	-	-	-
Circunferência do Abdomen (cm)	86	95 ↑ (+9)	-	-	-
Circunf. do Braço Relaxado (cm)	31	30 ↓ (-1)	-	-	-
Circunf. do Braço Contraído (cm)	34	33 ↓ (-1)	-	-	-
Circunf. do Antebraço (cm)	25	24.5 ↓ (-0.5)	-	-	-
Circunf. Proximal da Coxa (cm)	68	64 ↓ (-4)	-	-	-
Circunf. Medial da Coxa (cm)	55	65 ↑ (+10)	-	-	-
Circunf. Distal da Coxa (cm)	45	50 ↑ (+5)	-	-	-
Circunf. da Panturrilha (cm)	41.5	41 ↓ (-0.5)	-	-	-