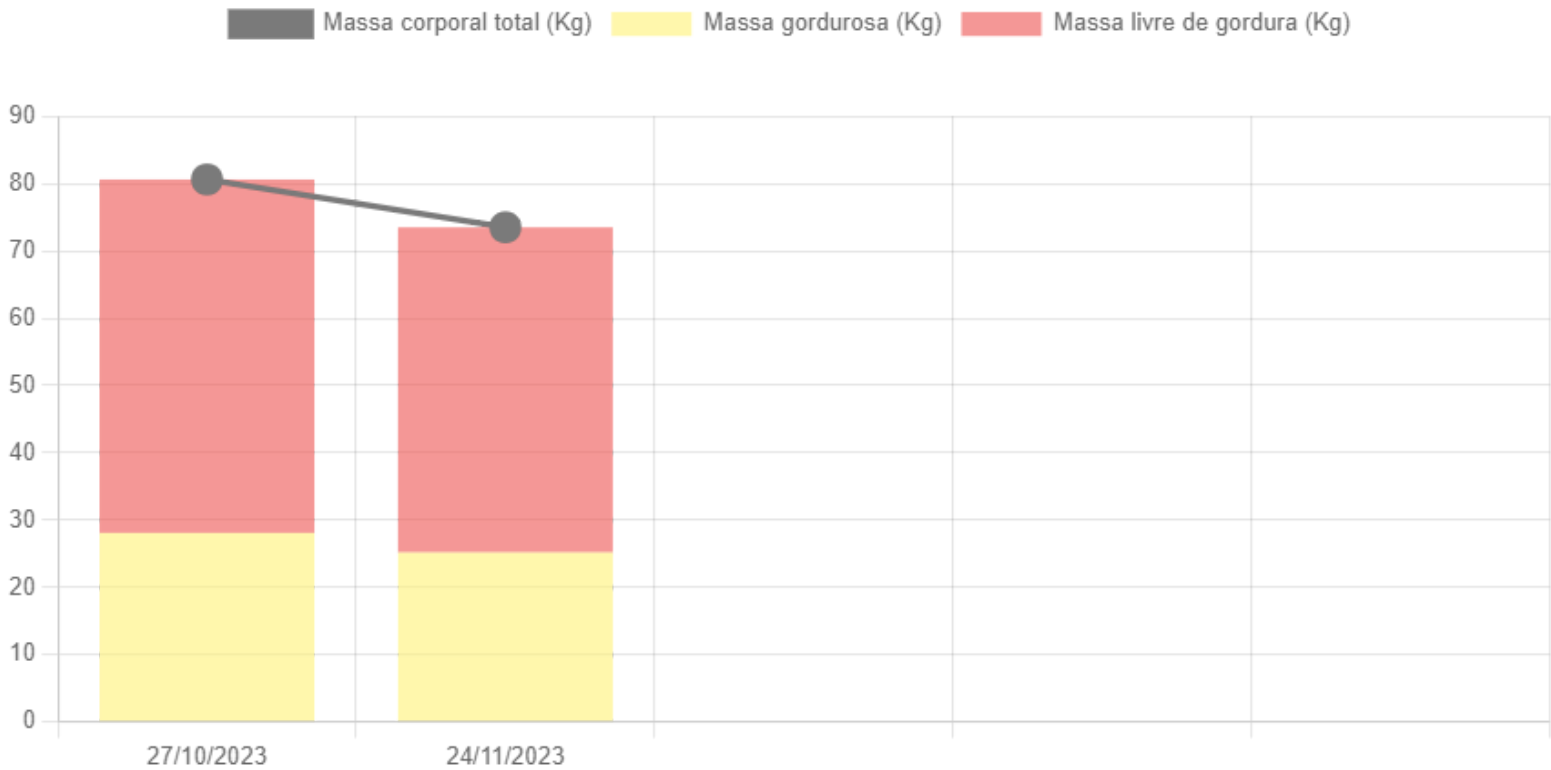




Nome: Simone Cristine Quilice Yamashita

Gráfico de evolução da composição corporal



Parâmetro	27/10/2023	24/11/2023	-	-	-
Peso atual (Kg)	80.6	73.5 ↓ (-7.1)	-	-	-
Altura atual (cm)	163	163	-	-	-
Índice de Massa Corporal (Kg/m²)	30.3	27.7 ↓ (-2.6)	-	-	-
Classificação do IMC	Obesid. 1	Sobrepeso	-	-	-
Relação da Cintura/Quadril (RCQ)	0.81	0.81	-	-	-
Risco Metabólico por RCQ	Alto	Alto	-	-	-
Circ. Musc. do Braço (CMB) (cm)	22.7	22.4 ↓ (-0.3)	-	-	-
Classificação CMB	Adequado	Adequado	-	-	-
Percentual de Gordura (%)	34.9	34.2 ↓ (-0.7)	-	-	-
Classif. do % de Gordura	Alta III	Alta III	-	-	-
Massa de gordura (Kg)	28.1	25.2 ↓ (-2.9)	-	-	-
Massa residual (Kg)	16.8	15.4 ↓ (-1.4)	-	-	-
Massa livre de gordura (Kg)	52.5	48.3 ↓ (-4.2)	-	-	-
Somatório de Dobras (mm)	87	83 ↓ (-4)	-	-	-
Densidade Corporal (g/mL)	1.018	1.019 ↑ (+0)	-	-	-

Medidas antropométricas

Dobra Tricipital (mm)	20	21 ↑ (+1)	-	-	-
Dobra Bicipital (mm)	11	12 ↑ (+1)	-	-	-
Dobra Subescapular (mm)	26	25 ↓ (-1)	-	-	-
Dobra Suprailíaca (mm)	30	25 ↓ (-5)	-	-	-
Circunferência do Tórax (cm)	94	92 ↓ (-2)	-	-	-
Circunferência do Ombro (cm)	104	105 ↑ (+1)	-	-	-
Circunferência da Cintura (cm)	88	83 ↓ (-5)	-	-	-
Circunferência do Quadril (cm)	108	103 ↓ (-5)	-	-	-
Circunferência do Abdomen (cm)	99	100 ↑ (+1)	-	-	-
Circunf. do Braço Relaxado (cm)	29	29	-	-	-
Circunf. do Braço Contraído (cm)	30	30	-	-	-
Circunf. do Antebraço (cm)	25	23.5 ↓ (-1.5)	-	-	-
Circunf. Proximal da Coxa (cm)	66.5	62 ↓ (-4.5)	-	-	-
Circunf. Medial da Coxa (cm)	62	60 ↓ (-2)	-	-	-
Circunf. Distal da Coxa (cm)	53	50 ↓ (-3)	-	-	-
Circunf. da Panturrilha (cm)	37.5	36 ↓ (-1.5)	-	-	-