



Nome: Jefferson Silva

Gráfico de evolução da composição corporal



Parâmetro	04/11/2022	-	-	-	-
Peso atual (Kg)	76.5	-	-	-	-
Altura atual (cm)	182	-	-	-	-
Índice de Massa Corporal (Kg/m²)	23.1	-	-	-	-
Classificação do IMC	Adequado	-	-	-	-
Relação da Cintura/Quadril (RCQ)	0.81	-	-	-	-
Risco Metabólico por RCQ	Baixo	-	-	-	-
Circ. Musc. do Braço (CMB) (cm)	28.4	-	-	-	-
Classificação CMB	Adequado	-	-	-	-
Percentual de Gordura (%)	9.4	-	-	-	-
Classif. do % de Gordura	Excelente	-	-	-	-
Massa de gordura (Kg)	7.2	-	-	-	-
Massa residual (Kg)	18.4	-	-	-	-
Massa livre de gordura (Kg)	69.3	-	-	-	-
Somatório de Dobras (mm)	64	-	-	-	-
Densidade Corporal (g/mL)	1.079	-	-	-	-

Medidas antropométricas

Dobra Tricipital (mm)	5	-	-	-	-
Dobra Bicipital (mm)	3	-	-	-	-
Dobra Abdominal (mm)	14	-	-	-	-
Dobra Subescapular (mm)	11	-	-	-	-
Dobra Axilar Média (mm)	7	-	-	-	-
Dobra da Coxa (mm)	13	-	-	-	-
Dobra Torácica (mm)	6	-	-	-	-
Dobra Suprailíaca (mm)	8	-	-	-	-
Circunferência do Tórax (cm)	92	-	-	-	-
Circunferência do Ombro (cm)	132	-	-	-	-
Circunferência da Cintura (cm)	77	-	-	-	-
Circunferência do Quadril (cm)	95	-	-	-	-
Circunferência do Abdomen (cm)	79.5	-	-	-	-
Circunf. do Braço Relaxado (cm)	30	-	-	-	-
Circunf. do Braço Contraído (cm)	33	-	-	-	-
Circunf. do Antebraço (cm)	27	-	-	-	-
Circunf. Proximal da Coxa (cm)	55	-	-	-	-
Circunf. Medial da Coxa (cm)	53	-	-	-	-
Circunf. Distal da Coxa (cm)	45	-	-	-	-
Circunf. da Panturrilha (cm)	35	-	-	-	-