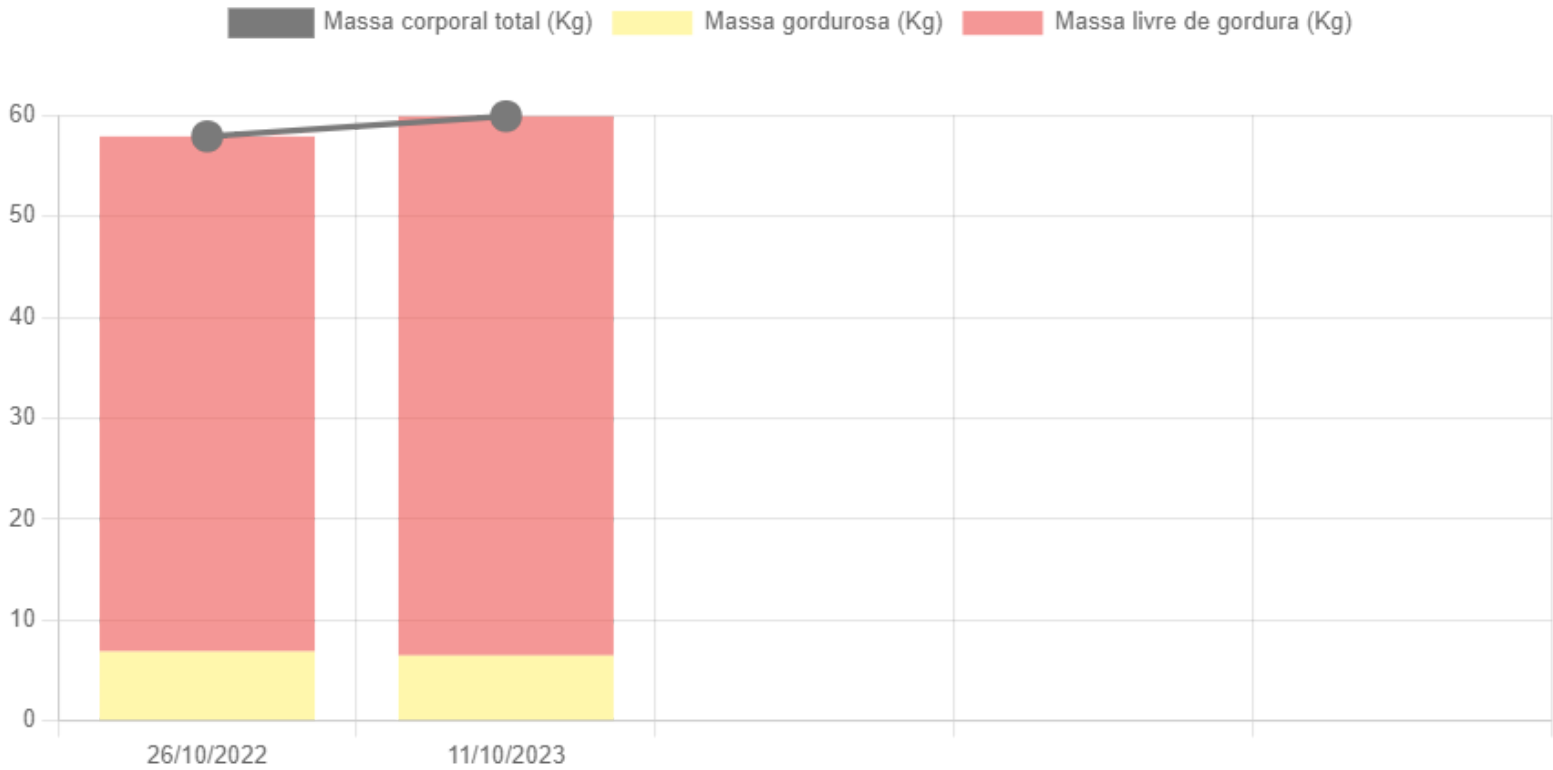




Nome: Joao Pedro Meira Pereira

Gráfico de evolução da composição corporal



Parâmetro	26/10/2022	11/10/2023	-	-	-
Peso atual (Kg)	57.9	59.9 ↑ (+2)	-	-	-
Altura atual (cm)	179	179	-	-	-
Índice de Massa Corporal (Kg/m²)	18.1	18.7 ↑ (+0.6)	-	-	-
Classificação do IMC	Baixo P.	Adequado	-	-	-
Relação da Cintura/Quadril (RCQ)	0.81	0.83 ↑ (+0)	-	-	-
Risco Metabólico por RCQ	Baixo	Baixo	-	-	-
Circ. Musc. do Braço (CMB) (cm)	21.4	21.9 ↑ (+0.5)	-	-	-
Classificação CMB	Desnut. II	Desnut. I	-	-	-
Percentual de Gordura (%)	11.9	10.8 ↓ (-1.1)	-	-	-
Classif. do % de Gordura	Elevada	Elevada	-	-	-
Massa de gordura (Kg)	6.9	6.5 ↓ (-0.4)	-	-	-
Massa residual (Kg)	14	14.4 ↑ (+0.4)	-	-	-
Massa livre de gordura (Kg)	51	53.4 ↑ (+2.4)	-	-	-
Somatório de Dobras (mm)	25	23 ↓ (-2)	-	-	-
Densidade Corporal (g/mL)	1.072	1.075 ↑ (+0)	-	-	-

Medidas antropométricas

Dobra Tricipital (mm)	5	5	-	-	-
Dobra Bicipital (mm)	3	3	-	-	-
Dobra Subescapular (mm)	6	7 ↑ (+1)	-	-	-
Dobra Suprailíaca (mm)	11	8 ↓ (-3)	-	-	-
Circunferência do Tórax (cm)	83	87 ↑ (+4)	-	-	-
Circunferência do Ombro (cm)	105.5	107 ↑ (+1.5)	-	-	-
Circunferência da Cintura (cm)	70	72 ↑ (+2)	-	-	-
Circunferência do Quadril (cm)	86	87 ↑ (+1)	-	-	-
Circunferência do Abdomen (cm)	76	79 ↑ (+3)	-	-	-
Circunf. do Braço Relaxado (cm)	23	23.5 ↑ (+0.5)	-	-	-
Circunf. do Braço Contraído (cm)	26	26	-	-	-
Circunf. do Antebraço (cm)	21	22.5 ↑ (+1.5)	-	-	-
Circunf. Proximal da Coxa (cm)	44	50 ↑ (+6)	-	-	-
Circunf. Medial da Coxa (cm)	41.5	41.5	-	-	-
Circunf. Distal da Coxa (cm)	34	34	-	-	-
Circunf. da Panturrilha (cm)	31.5	33 ↑ (+1.5)	-	-	-