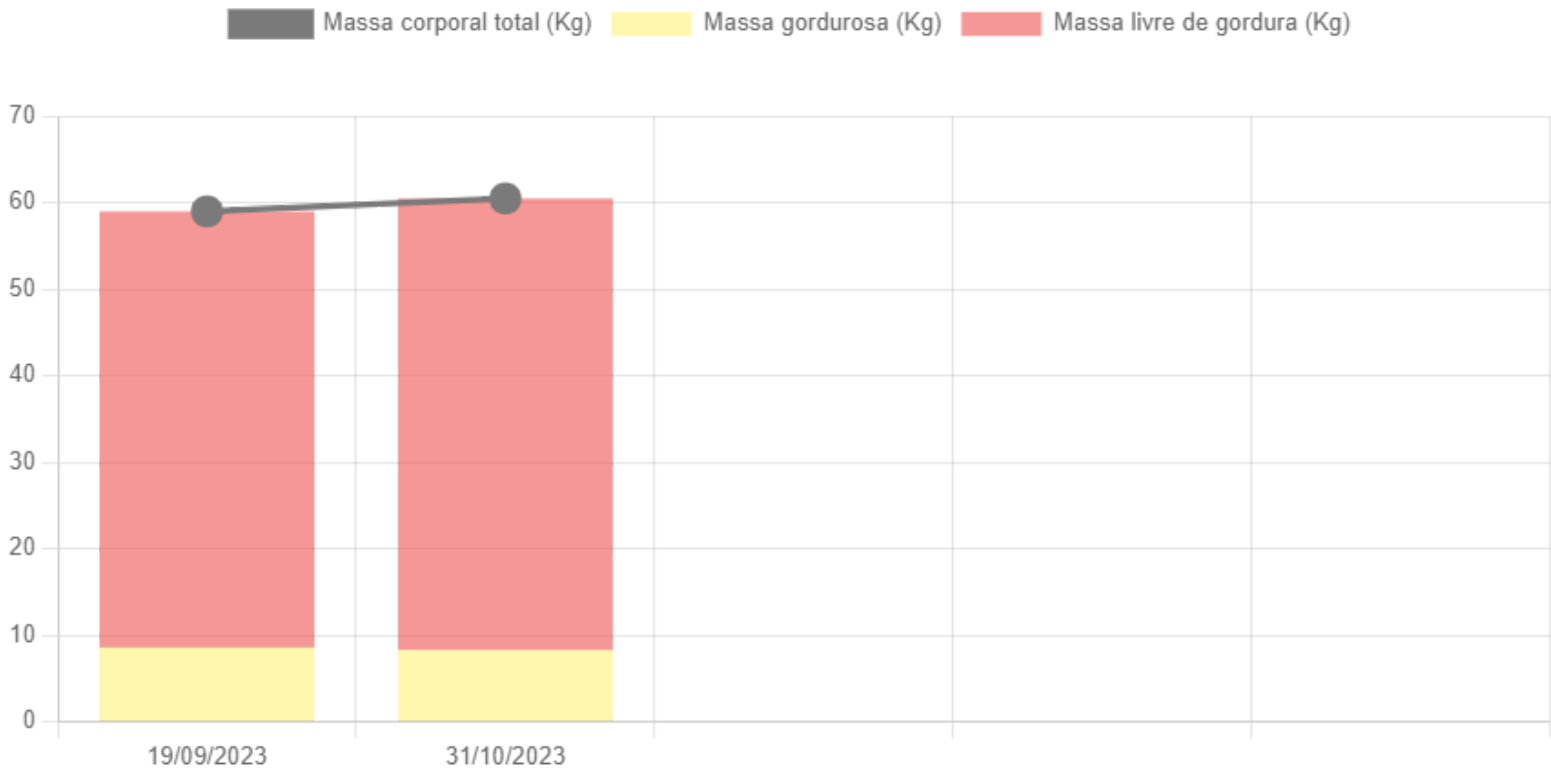




Nome: Karen Ellen Leite Goes

Gráfico de evolução da composição corporal



Parâmetro	19/09/2023	31/10/2023	-	-	-
Peso atual (Kg)	59	60.5 ↑ (+1.5)	-	-	-
Altura atual (cm)	163	163	-	-	-
Índice de Massa Corporal (Kg/m²)	22.2	22.8 ↑ (+0.6)	-	-	-
Classificação do IMC	Adequado	Adequado	-	-	-
Relação da Cintura/Quadril (RCQ)	0.74	0.74	-	-	-
Risco Metabólico por RCQ	Moderado	Moderado	-	-	-
Circ. Musc. do Braço (CMB) (cm)	26.2	26.5 ↑ (+0.3)	-	-	-
Classificação CMB	Adequado	Adequado	-	-	-
Percentual de Gordura (%)	14.7	13.7 ↓ (-1)	-	-	-
Classif. do % de Gordura	Excelente	Excelente	-	-	-
Massa de gordura (Kg)	8.6	8.3 ↓ (-0.3)	-	-	-
Massa residual (Kg)	12.3	12.6 ↑ (+0.3)	-	-	-
Massa livre de gordura (Kg)	50.4	52.2 ↑ (+1.8)	-	-	-
Somatório de Dobras (mm)	65	59 ↓ (-6)	-	-	-
Densidade Corporal (g/mL)	1.066	1.068 ↑ (+0)	-	-	-

Medidas antropométricas

Dobra Tricipital (mm)	9	8 ↓ (-1)	-	-	-
Dobra Abdominal (mm)	13	11 ↓ (-2)	-	-	-
Dobra Subescapular (mm)	9	9	-	-	-
Dobra Axilar Média (mm)	5	5	-	-	-
Dobra da Coxa (mm)	16	14 ↓ (-2)	-	-	-
Dobra Torácica (mm)	6	5 ↓ (-1)	-	-	-
Dobra Suprailíaca (mm)	7	7	-	-	-
Circunferência do Tórax (cm)	82	87.5 ↑ (+5.5)	-	-	-
Circunferência do Ombro (cm)	105	105	-	-	-
Circunferência da Cintura (cm)	67.5	70 ↑ (+2.5)	-	-	-
Circunferência do Quadril (cm)	91.5	94.5 ↑ (+3)	-	-	-
Circunferência do Abdomen (cm)	73.5	75 ↑ (+1.5)	-	-	-
Circunf. do Braço Relaxado (cm)	29	29	-	-	-
Circunf. do Braço Contraído (cm)	30	31 ↑ (+1)	-	-	-
Circunf. do Antebraço (cm)	21	22 ↑ (+1)	-	-	-
Circunf. Proximal da Coxa (cm)	57	61 ↑ (+4)	-	-	-
Circunf. Medial da Coxa (cm)	51	52 ↑ (+1)	-	-	-
Circunf. Distal da Coxa (cm)	43	45 ↑ (+2)	-	-	-
Circunf. da Panturrilha (cm)	35	35	-	-	-