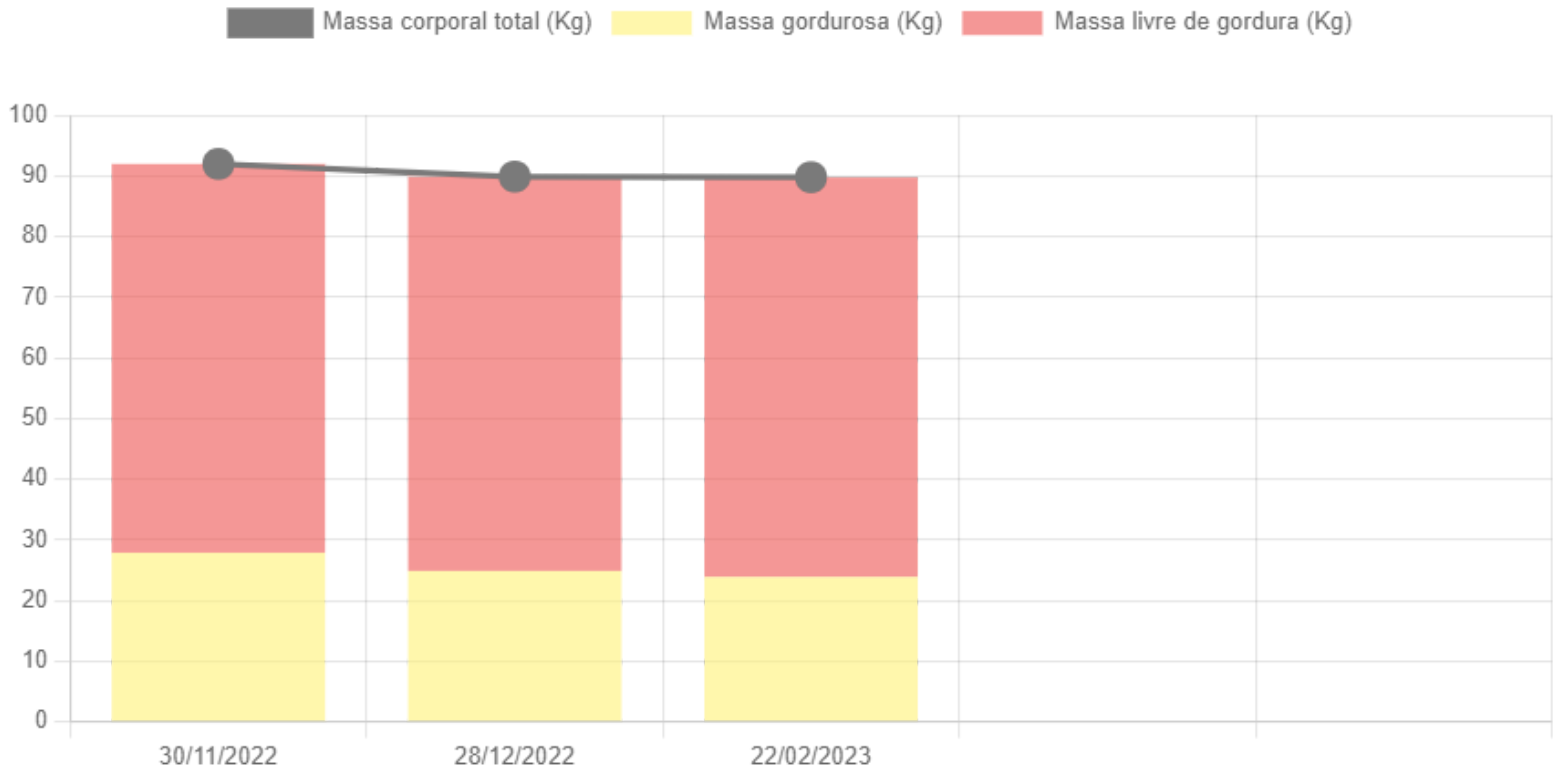




Nome: Ana Paola Villalva Braga

Gráfico de evolução da composição corporal



Parâmetro	30/11/2022	28/12/2022	22/02/2023	-	-
Peso atual (Kg)	92	89.9 ↓ (-2.1)	89.8 ↓ (-0.1)	-	-
Altura atual (cm)	163	163	163	-	-
Índice de Massa Corporal (Kg/m²)	34.6	33.8 ↓ (-0.8)	33.8	-	-
Classificação do IMC	Obesid. 1	Obesid. 1	Obesid. 1	-	-
Relação da Cintura/Quadril (RCQ)	0.72	-	0.73	-	-
Risco Metabólico por RCQ	Baixo	-	Baixo	-	-
Circ. Musc. do Braço (CMB) (cm)	25.5	-	23	-	-
Classificação CMB	Adequado	-	Adequado	-	-
Percentual de Gordura (%)	30.3	27.7 ↓ (-2.6)	26.6 ↓ (-1.1)	-	-
Classif. do % de Gordura	Alta II	Alta I	Alta I	-	-
Massa de gordura (Kg)	27.9	24.9 ↓ (-3)	23.9 ↓ (-1)	-	-
Massa residual (Kg)	19.2	18.8 ↓ (-0.4)	18.8	-	-
Massa livre de gordura (Kg)	64.1	65 ↑ (+0.9)	65.9 ↑ (+0.9)	-	-
Somatório de Dobras (mm)	62	51 ↓ (-11)	47 ↓ (-4)	-	-
Densidade Corporal (g/mL)	1.028	1.034 ↑ (+0)	1.037 ↑ (+0)	-	-

Medidas antropométricas

Dobra Tricipital (mm)	16	16	16	-	-
Dobra Bicipital (mm)	8	8	8	-	-
Dobra Subescapular (mm)	22	16 ↓ (-6)	13 ↓ (-3)	-	-
Dobra Suprailíaca (mm)	16	11 ↓ (-5)	10 ↓ (-1)	-	-
Circunferência do Tórax (cm)	0	-	98	-	-
Circunferência do Ombro (cm)	112	-	112	-	-
Circunferência da Cintura (cm)	85	-	85	-	-
Circunferência do Quadril (cm)	118	-	117	-	-
Circunferência do Abdomen (cm)	94	-	104	-	-
Circunf. do Braço Relaxado (cm)	30.5	-	28	-	-
Circunf. do Braço Contraído (cm)	32	-	30	-	-
Circunf. do Antebraço (cm)	24	-	24.5	-	-
Circunf. Proximal da Coxa (cm)	70	-	69.5	-	-
Circunf. Medial da Coxa (cm)	63.5	-	67	-	-
Circunf. Distal da Coxa (cm)	57	-	56	-	-
Circunf. da Panturrilha (cm)	46	-	45	-	-