



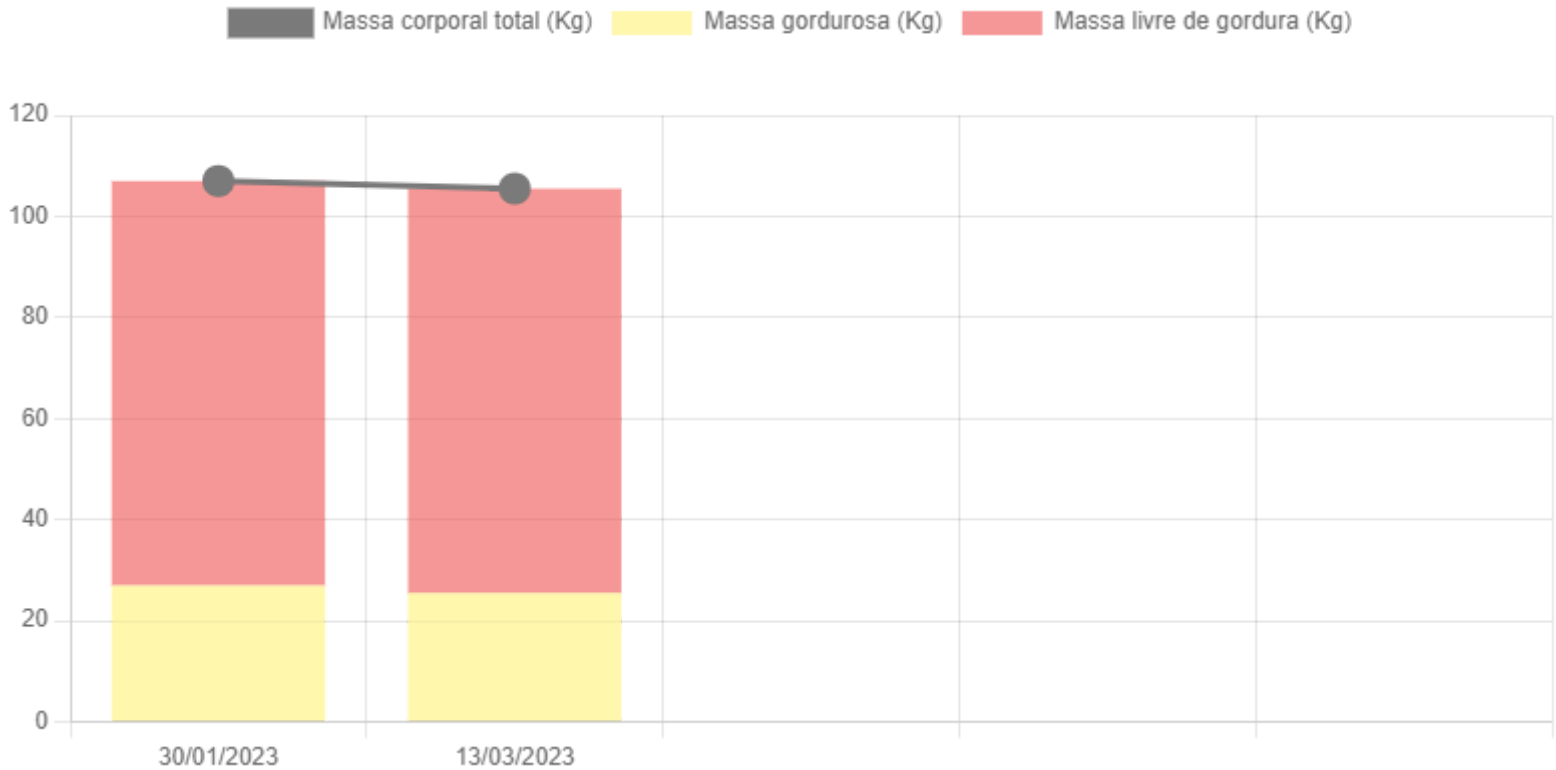
Nutrição



#evolucaocorporal

Nome: Vinicius Fabiano Carvalho

Gráfico de evolução da composição corporal



Parâmetro	30/01/2023	13/03/2023	-	-	-
Peso atual (Kg)	107	105.5 ↓ (-1.5)	-	-	-
Altura atual (cm)	178	178	-	-	-
Índice de Massa Corporal (Kg/m²)	33.8	33.3 ↓ (-0.5)	-	-	-
Classificação do IMC	Obesid. 1	Obesid. 1	-	-	-
Relação da Cintura/Quadril (RCQ)	1.08	1.06 ↓ (0)	-	-	-
Risco Metabólico por RCQ	Muito alto	Muito alto	-	-	-
Circ. Musc. do Braço (CMB) (cm)	30.6	30.2 ↓ (-0.4)	-	-	-
Classificação CMB	Adequado	Adequado	-	-	-
Percentual de Gordura (%)	25.2	24.1 ↓ (-1.1)	-	-	-
Classif. do % de Gordura	Muito alta	Muito alta	-	-	-
Massa de gordura (Kg)	27	25.5 ↓ (-1.5)	-	-	-
Massa residual (Kg)	25.8	25.4 ↓ (-0.4)	-	-	-
Massa livre de gordura (Kg)	80	80	-	-	-
Somatório de Dobras (mm)	127	120 ↓ (-7)	-	-	-

Medidas antropométricas

Dobra Tricipital (mm)	21	19 ↓ (-2)	-	-	-
-----------------------	----	-----------	---	---	---

Dobra Bicipital (mm)	18	17 ↓ (-1)	-	-	-
Dobra Abdominal (mm)	40	39 ↓ (-1)	-	-	-
Dobra Subescapular (mm)	29	27 ↓ (-2)	-	-	-
Dobra Axilar Média (mm)	25	25	-	-	-
Dobra Suprailíaca (mm)	37	35 ↓ (-2)	-	-	-
Circunferência do Tórax (cm)	113.4	112 ↓ (-1.4)	-	-	-
Circunferência da Cintura (cm)	118.5	115.5 ↓ (-3)	-	-	-
Circunferência do Quadril (cm)	109.7	109 ↓ (-0.7)	-	-	-
Circunferência do Abdomen (cm)	110	109 ↓ (-1)	-	-	-
Circunf. do Braço Relaxado (cm)	37.2	36.2 ↓ (-1)	-	-	-
Circunf. do Braço Contraído (cm)	37	36.5 ↓ (-0.5)	-	-	-