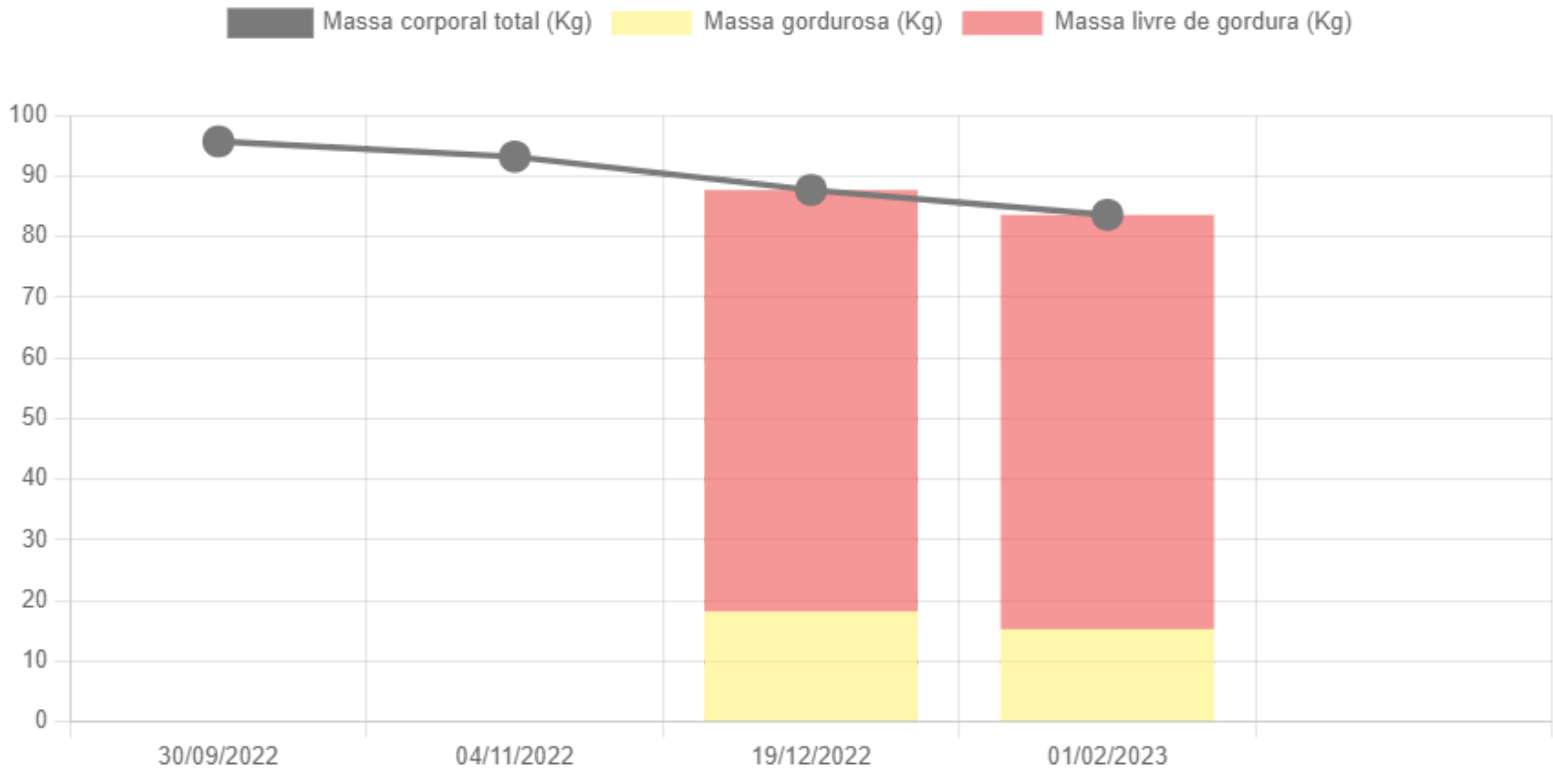




Nome: Danilo Leme Berlini Martins

Gráfico de evolução da composição corporal



| Parâmetro | 30/09/2022 | 04/11/2022 | 19/12/2022 | 01/02/2023 | - |
|----------------------------------|------------|---------------|---------------|---------------|---|
| Peso atual (Kg) | 95.7 | 93.2 ↓ (-2.5) | 87.7 ↓ (-5.5) | 83.6 ↓ (-4.1) | - |
| Altura atual (cm) | 171 | 171 | 171 | 171 | - |
| Índice de Massa Corporal (Kg/m²) | 32.7 | 31.9 ↓ (-0.8) | 30 ↓ (-1.9) | 28.6 ↓ (-1.4) | - |
| Classificação do IMC | Obesid. 1 | Obesid. 1 | Obesid. 1 | Sobrepeso | - |
| Relação da Cintura/Quadril (RCQ) | 0.88 | 0.88 | 0.88 | 0.85 ↓ (0) | - |
| Risco Metabólico por RCQ | Moderado | Moderado | Moderado | Moderado | - |
| Circ. Musc. do Braço (CMB) (cm) | - | - | 29.2 | 30 ↑ (+0.8) | - |
| Classificação CMB | - | - | Adequado | Adequado | - |
| Percentual de Gordura (%) | - | - | 20.7 | 18.4 ↓ (-2.3) | - |
| Classif. do % de Gordura | - | - | Alta II | Alta I | - |
| Massa de gordura (Kg) | - | - | 18.2 | 15.3 ↓ (-2.9) | - |
| Massa residual (Kg) | 23.1 | 22.5 ↓ (-0.6) | 21.1 ↓ (-1.4) | 20.1 ↓ (-1) | - |
| Massa livre de gordura (Kg) | - | - | 69.5 | 68.3 ↓ (-1.2) | - |
| Somatório de Dobras (mm) | - | - | 49 | 41 ↓ (-8) | - |
| Densidade Corporal (g/mL) | - | - | 1.051 | 1.057 ↑ (+0) | - |

Medidas antropométricas

| | | | | | |
|----------------------------------|------|----------------|--------------|----------------|---|
| Dobra Tricipital (mm) | - | - | 9 | 8 ↓ (-1) | - |
| Dobra Bicipital (mm) | - | - | 7 | 6 ↓ (-1) | - |
| Dobra Subescapular (mm) | - | - | 18 | 16 ↓ (-2) | - |
| Dobra Suprailíaca (mm) | - | - | 15 | 11 ↓ (-4) | - |
| Circunferência do Pescoço (cm) | - | 36 | - | - | - |
| Circunferência do Tórax (cm) | 107 | 102.5 ↓ (-4.5) | 100 ↓ (-2.5) | 98 ↓ (-2) | - |
| Circunferência do Ombro (cm) | 118 | 117 ↓ (-1) | 116 ↓ (-1) | 116.5 ↑ (+0.5) | - |
| Circunferência da Cintura (cm) | 94.5 | 92 ↓ (-2.5) | 87 ↓ (-5) | 84 ↓ (-3) | - |
| Circunferência do Quadril (cm) | 108 | 104 ↓ (-4) | 99 ↓ (-5) | 99 | - |
| Circunferência do Abdomen (cm) | 109 | 108 ↓ (-1) | 96 ↓ (-12) | 97.5 ↑ (+1.5) | - |
| Circunf. do Braço Relaxado (cm) | 35 | 34 ↓ (-1) | 32 ↓ (-2) | 32.5 ↑ (+0.5) | - |
| Circunf. do Braço Contraído (cm) | 37.5 | 36.5 ↓ (-1) | 35.5 ↓ (-1) | 36 ↑ (+0.5) | - |
| Circunf. do Antebraço (cm) | 26.5 | 28 ↑ (+1.5) | 25 ↓ (-3) | 27 ↑ (+2) | - |
| Circunf. Proximal da Coxa (cm) | 58.5 | 57 ↓ (-1.5) | 60 ↑ (+3) | 58 ↓ (-2) | - |
| Circunf. Medial da Coxa (cm) | 52.5 | 50 ↓ (-2.5) | 56 ↑ (+6) | 52 ↓ (-4) | - |
| Circunf. Distal da Coxa (cm) | 48 | 44 ↓ (-4) | 48 ↑ (+4) | 45 ↓ (-3) | - |
| Circunf. da Panturrilha (cm) | 39 | 40 ↑ (+1) | 39 ↓ (-1) | 38.5 ↓ (-0.5) | - |