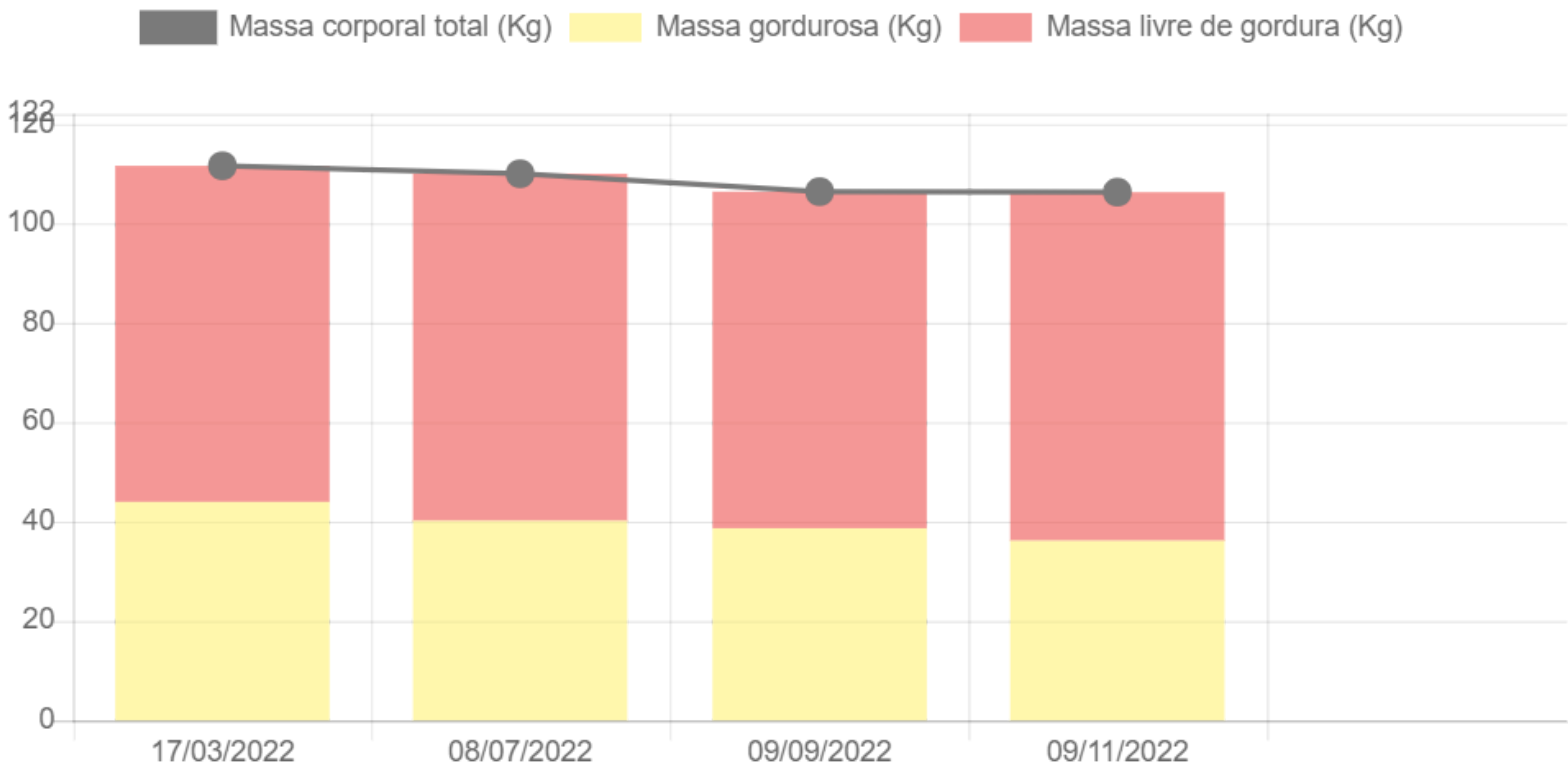




Nome: Rosângela Amarina

Gráfico de evolução da composição corporal



Parâmetro	17/03/2022	08/07/2022	09/09/2022	09/11/2022	-
Peso atual (Kg)	111.6	110 ↓ (-1.6)	106.4 ↓ (-3.6)	106.3 ↓ (-0.1)	-
Altura atual (cm)	164	164	164	164	-
Índice de Massa Corporal (Kg/m²)	41.5	40.9 ↓ (-0.6)	39.6 ↓ (-1.3)	39.5 ↓ (-0.1)	-
Classificação do IMC	Obesid. 3	Obesid. 3	Obesid. 2	Obesid. 2	-
Relação da Cintura/Quadril (RCQ)	0.76	0.77 ↑ (+0)	0.72 ↓ (-0.1)	0.75 ↑ (+0)	-
Risco Metabólico por RCQ	Moderado	Moderado	Baixo	Moderado	-
Circ. Musc. do Braço (CMB) (cm)	29.7	32.3 ↑ (+2.6)	30.3 ↓ (-2)	31 ↑ (+0.7)	-
Classificação CMB	Adequado	Adequado	Adequado	Adequado	-
Percentual de Gordura (%)	39.5	36.5 ↓ (-3)	36.4 ↓ (-0.1)	34.1 ↓ (-2.3)	-
Classif. do % de Gordura	Muito alta	Muito alta	Muito alta	Alta III	-
Massa de gordura (Kg)	44	40.2 ↓ (-3.8)	38.7 ↓ (-1.5)	36.2 ↓ (-2.5)	-
Massa residual (Kg)	23.3	23 ↓ (-0.3)	22.2 ↓ (-0.8)	22.2	-
Massa livre de gordura (Kg)	67.6	69.8 ↑ (+2.2)	67.7 ↓ (-2.1)	70.1 ↑ (+2.4)	-
Somatório de Dobras (mm)	121	98 ↓ (-23)	97 ↓ (-1)	82 ↓ (-15)	-
Densidade Corporal (g/mL)	1.007	1.014 ↑ (+0)	1.014	1.019 ↑ (+0)	-

Medidas antropométricas

Dobra Tricipital (mm)	36	31 ↓ (-5)	31	27 ↓ (-4)	-
Dobra Bicipital (mm)	20	20	18 ↓ (-2)	16 ↓ (-2)	-
Dobra Subescapular (mm)	37	30 ↓ (-7)	28 ↓ (-2)	24 ↓ (-4)	-
Dobra Suprailíaca (mm)	28	17 ↓ (-11)	20 ↑ (+3)	15 ↓ (-5)	-
Circunferência do Tórax (cm)	111	108 ↓ (-3)	105 ↓ (-3)	104 ↓ (-1)	-
Circunferência do Ombro (cm)	130	124 ↓ (-6)	124	118 ↓ (-6)	-
Circunferência da Cintura (cm)	101	102 ↑ (+1)	94.5 ↓ (-7.5)	96.5 ↑ (+2)	-
Circunferência do Quadril (cm)	133	133	132 ↓ (-1)	129 ↓ (-3)	-
Circunferência do Abdomen (cm)	114	118 ↑ (+4)	116.5 ↓ (-1.5)	115 ↓ (-1.5)	-
Circunf. do Braço Relaxado (cm)	41	42 ↑ (+1)	40 ↓ (-2)	39.5 ↓ (-0.5)	-
Circunf. do Braço Contraído (cm)	45	42 ↓ (-3)	41 ↓ (-1)	41.5 ↑ (+0.5)	-
Circunf. do Antebraço (cm)	27	27	26 ↓ (-1)	25.5 ↓ (-0.5)	-
Circunf. Proximal da Coxa (cm)	80.5	80 ↓ (-0.5)	78 ↓ (-2)	75.5 ↓ (-2.5)	-
Circunf. Medial da Coxa (cm)	65.5	72 ↑ (+6.5)	69.5 ↓ (-2.5)	66 ↓ (-3.5)	-
Circunf. Distal da Coxa (cm)	56.5	65 ↑ (+8.5)	55.5 ↓ (-9.5)	54 ↓ (-1.5)	-
Circunf. da Panturrilha (cm)	42	41.5 ↓ (-0.5)	42.4 ↑ (+0.9)	40 ↓ (-2.4)	-