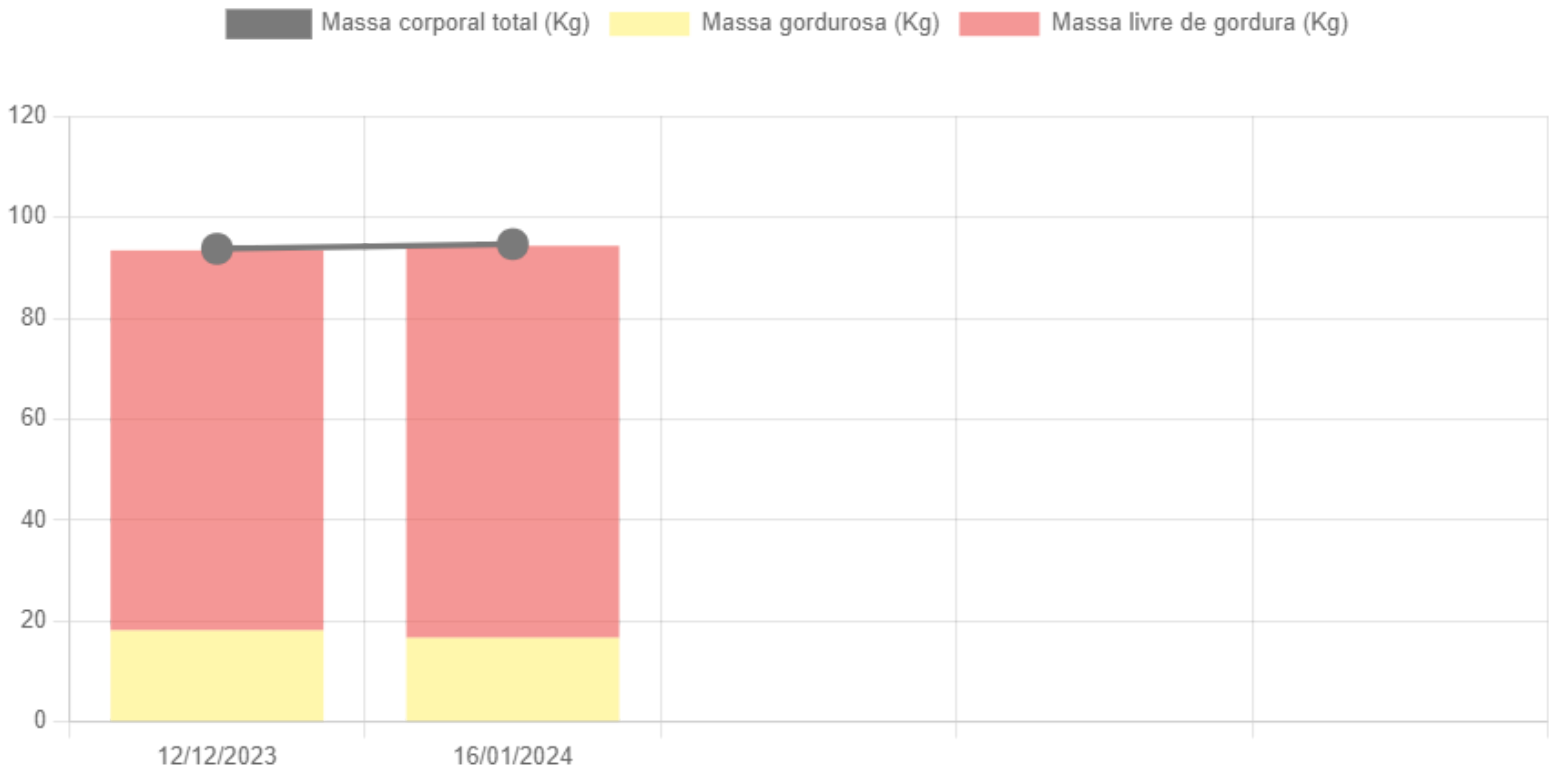




Nome: Gustavo Ricardo Florentino Rodrigues

Gráfico de evolução da composição corporal



Parâmetro	12/12/2023	16/01/2024	-	-	-
Peso atual (Kg)	101.9	102.9 ↑ (+1)	-	-	-
Altura atual (cm)	184	184	-	-	-
Índice de Massa Corporal (Kg/m²)	30.1	30.4 ↑ (+0.3)	-	-	-
Classificação do IMC	Obesid. 1	Obesid. 1	-	-	-
Relação da Cintura/Quadril (RCQ)	0.89	0.91 ↑ (+0)	-	-	-
Risco Metabólico por RCQ	Alto	Alto	-	-	-
Circ. Musc. do Braço (CMB) (cm)	34.2	36 ↑ (+1.8)	-	-	-
Classificação CMB	Adequado	Adequado	-	-	-
Percentual de Gordura (%)	19.5	17.7 ↓ (-1.8)	-	-	-
Classif. do % de Gordura	Alta I	Elevada	-	-	-
Massa de gordura (Kg)	19.8	18.2 ↓ (-1.6)	-	-	-
Massa residual (Kg)	24.6	24.8 ↑ (+0.2)	-	-	-
Massa livre de gordura (Kg)	82.1	84.7 ↑ (+2.6)	-	-	-
Somatório de Dobras (mm)	141	125 ↓ (-16)	-	-	-
Densidade Corporal (g/mL)	1.054	1.058 ↑ (+0)	-	-	-

Medidas antropométricas

Dobra Tricipital (mm)	9	8 ↓ (-1)	-	-	-
Dobra Abdominal (mm)	30	31 ↑ (+1)	-	-	-
Dobra Subescapular (mm)	34	23 ↓ (-11)	-	-	-
Dobra Axilar Média (mm)	15	14 ↓ (-1)	-	-	-
Dobra da Coxa (mm)	17	13 ↓ (-4)	-	-	-
Dobra Torácica (mm)	17	17	-	-	-
Dobra Suprailíaca (mm)	19	19	-	-	-
Circunferência do Tórax (cm)	110	109 ↓ (-1)	-	-	-
Circunferência do Ombro (cm)	136	135 ↓ (-1)	-	-	-
Circunferência da Cintura (cm)	92	93.5 ↑ (+1.5)	-	-	-
Circunferência do Quadril (cm)	103	103	-	-	-
Circunferência do Abdomen (cm)	94	96 ↑ (+2)	-	-	-
Circunf. do Braço Relaxado (cm)	37	38.5 ↑ (+1.5)	-	-	-
Circunf. do Braço Contraído (cm)	41	41	-	-	-
Circunf. do Antebraço (cm)	28	30 ↑ (+2)	-	-	-
Circunf. Proximal da Coxa (cm)	66	68 ↑ (+2)	-	-	-
Circunf. Medial da Coxa (cm)	62	63 ↑ (+1)	-	-	-
Circunf. Distal da Coxa (cm)	57	55 ↓ (-2)	-	-	-
Circunf. da Panturrilha (cm)	34	42 ↑ (+8)	-	-	-