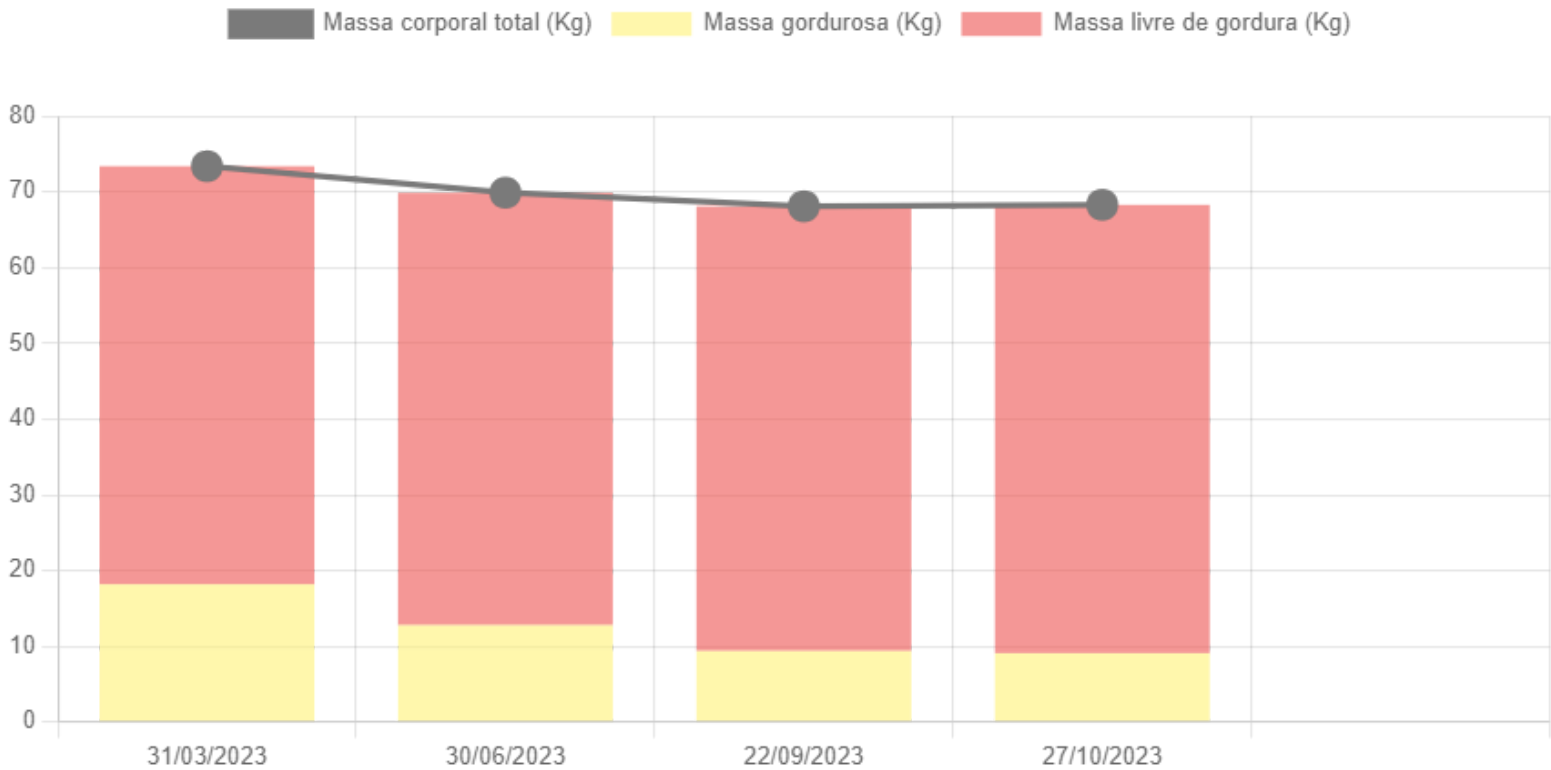




Nome: Thiago Maciel Batista

Gráfico de evolução da composição corporal



Parâmetro	31/03/2023	30/06/2023	22/09/2023	27/10/2023	-
Peso atual (Kg)	73.4	69.9 ↓ (-3.5)	68.1 ↓ (-1.8)	68.3 ↑ (+0.2)	-
Altura atual (cm)	167	167	167	167	-
Índice de Massa Corporal (Kg/m²)	26.3	25.1 ↓ (-1.2)	24.4 ↓ (-0.7)	24.5 ↑ (+0.1)	-
Classificação do IMC	Sobrepeso	Sobrepeso	Adequado	Adequado	-
Relação da Cintura/Quadril (RCQ)	0.82	0.83 ↑ (+0)	0.81 ↓ (0)	0.82 ↑ (+0)	-
Risco Metabólico por RCQ	Baixo	Baixo	Baixo	Baixo	-
Circ. Musc. do Braço (CMB) (cm)	24.2	28.4 ↑ (+4.2)	28.7 ↑ (+0.3)	27.7 ↓ (-1)	-
Classificação CMB	Desnut. I	Adequado	Adequado	Adequado	-
Percentual de Gordura (%)	24.7	18.4 ↓ (-6.3)	13.8 ↓ (-4.6)	13.4 ↓ (-0.4)	-
Classif. do % de Gordura	Alta II	Elevada	Excelente	Excelente	-
Massa de gordura (Kg)	18.2	12.8 ↓ (-5.4)	9.4 ↓ (-3.4)	9.1 ↓ (-0.3)	-
Massa residual (Kg)	17.7	16.8 ↓ (-0.9)	16.4 ↓ (-0.4)	16.5 ↑ (+0.1)	-
Massa livre de gordura (Kg)	55.2	57.1 ↑ (+1.9)	58.7 ↑ (+1.6)	59.2 ↑ (+0.5)	-
Somatório de Dobras (mm)	66	41 ↓ (-25)	29 ↓ (-12)	28 ↓ (-1)	-
Densidade Corporal (g/mL)	1.041	1.057 ↑ (+0)	1.068 ↑ (+0)	1.069 ↑ (+0)	-

Medidas antropométricas

Dobra Tricipital (mm)	9	5 ↓ (-4)	4 ↓ (-1)	4	-
Dobra Bicipital (mm)	8	4 ↓ (-4)	3 ↓ (-1)	3	-
Dobra Subescapular (mm)	26	18 ↓ (-8)	12 ↓ (-6)	11 ↓ (-1)	-
Dobra Suprailíaca (mm)	23	14 ↓ (-9)	10 ↓ (-4)	10	-
Circunferência do Pescoço (cm)	-	39	-	-	-
Circunferência do Tórax (cm)	91	89 ↓ (-2)	88 ↓ (-1)	90 ↑ (+2)	-
Circunferência do Ombro (cm)	112	111 ↓ (-1)	112 ↑ (+1)	111 ↓ (-1)	-
Circunferência da Cintura (cm)	83	79 ↓ (-4)	77 ↓ (-2)	77.5 ↑ (+0.5)	-
Circunferência do Quadril (cm)	101	95 ↓ (-6)	95	95	-
Circunferência do Abdomen (cm)	90	85 ↓ (-5)	83 ↓ (-2)	82 ↓ (-1)	-
Circunf. do Braço Relaxado (cm)	27	30 ↑ (+3)	30	29 ↓ (-1)	-
Circunf. do Braço Contraído (cm)	30.5	32 ↑ (+1.5)	33 ↑ (+1)	30 ↓ (-3)	-
Circunf. do Antebraço (cm)	25	24 ↓ (-1)	24	23 ↓ (-1)	-
Circunf. Proximal da Coxa (cm)	56.5	57 ↑ (+0.5)	58 ↑ (+1)	57 ↓ (-1)	-
Circunf. Medial da Coxa (cm)	53.5	54 ↑ (+0.5)	54	55 ↑ (+1)	-
Circunf. Distal da Coxa (cm)	44.5	48 ↑ (+3.5)	50 ↑ (+2)	47 ↓ (-3)	-
Circunf. da Panturrilha (cm)	39	38 ↓ (-1)	38	38	-