ATIVIDADES PESOS PRESSÃO ARTERIAL ALIMENTAÇÃO



João da Silva ~

Idade: 22 anos

Peso: 70 kg - 20/02/2018

Altura: 1,70 m **IMC:** 24,2

Pressão: 120/80 mmHg - 20/02/2018

Alimentação



Jantar 535 kcal

Almoço 650 kcal

Ver mais ...

Últimas atividades



Caminhada noturna

Tipo: Caminhada

100 kcal

Corrida no parque

18/02/2018 - 08:00

20/02/2018 - 20:00

Tipo: Corrida 350 kcal

Caminhada noturna

15/02/2018 - 20:00

Tipo: Caminhada 120 kcal

Ver mais ...

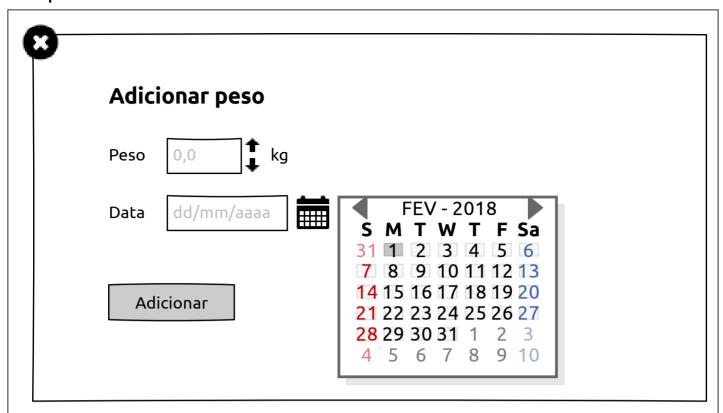
lista-peso



Lista de pesos

Data	Peso	Alt	Del
20/02/2018	70 kg		8
10/02/2018	72,1 kg	N	8
08/02/2018	73,4 kg		8

Adicionar Peso



lista-alimentacao

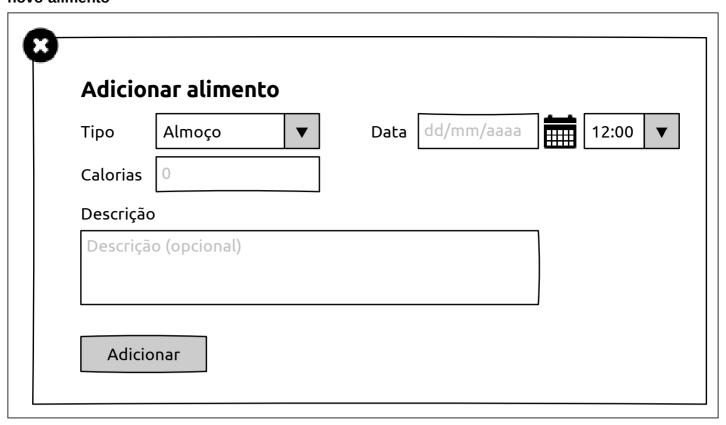


Alimentação

Тіро	Descricao	Calorias	Data	Нога	Alt	Del
Jantar	Salada	535	20/02/2018	19:00		(8)
Almoço	Arroz, feijão, salada e carne	650	20/02/2018	12:00	Ø	®
Café da manhã	Pão de queijo e café	320	20/02/2018	08:00	Ø	⊗

Adicionar alimentação

novo-alimento



lista-atividade



Atividades

Тіро	Descricao	Calorias	Data	Нога	Alt	Del
Caminhada	Caminhada noturna	100	20/02/2018	20:00		⊗
Corrida	Corrida no parque	350	18/02/2018	08:00		⊗
Caminhada	Caminhada noturna	120	15/02/2018	20:00		⊗

Adicionar atividade