



Plantilla de medidas

Paciente: José Miguel Méndez

Fecha / Item	Datos iniciales 14/08	18/09	14/10	18/11	/	/
Peso	243.7	220.9	207.9	194.9		
IMC	35.7	32.4	30.5	28.6		
PGC	34.9%	30.1%	27.8%	21.9%		
Cuello	44.8	42	41	40		
Busto	118	113	109	106		
Cintura	111.5	102	98.5	93		
Cadera	118	113	110	110		
Muslo	70	67	65	64		
Brazo	37	36	34.5	33.5		
Muñeca	19	19	18.5	18.2		
Presión	132/84	113/77	126/78	108/73		
Relación c/c	0.94	0.90	0.89	0.84		



www.plusvida.org

IMC: Índice de masa muscular
PGC: Porcentaje de grasa en el cuerpo