



Plantilla de medidas

Paciente: Pamela Rivera

Fecha / Item	Datos iniciales 19/01/15	23/02	24/03	29/04	28/05	/
Peso	153.6	144.8	136.2	132	129.4	
IMC	26.6	25.1	23.6	22.9	22.4	
PGC	35.7%	30.7%	28%	26.4%	25.9%	
Cuello	35	34	33	32	32	
Busto	100	98	95	95	92	
Cintura	82	77	75	72	72	
Cadera	104	100	96	94	91	
Muslo	65	61.5	59	56	54.5	
Brazo	34	32	30.5	29	29	
Muñeca	16	15.5	15.5	15.2	15.2	
Presión	127/82	121/91	---	93/65	109/70	
Relación c/c	0.79	0.77	0.78	0.77	0.79	



www.plusvida.org

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