



Plantilla de medidas

Paciente: Marcos Ibarguen

Fecha / Item	Datos iniciales 7/10	7/11	10/12	9/01/15	11/02/15	/
Peso	213.2	194	176.4	166.8	167.6	
IMC	31.3	28.5	24.7	24.5	24.6	
PGC	25.9%	22.9%	18%	16.7%	15.8%	
Cuello	42	40.5	38	38	38	
Busto	114.5	109	100	100	100	
Cintura	103	95	86	82	82	
Cadera	109	106	101	97	98	
Muslo	66	63	59	57	58	
Brazo	38	36	33	32	32.5	
Muñeca	19	18.5	18.2	18.2	18.3	
Presión	152/94	159/87	151/84	154/81	140/93	
Relación c/c	0.94	0.90	0.85	0.84	0.84	



www.plusvida.org

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