



Plantilla de medidas

Paciente: Maya Lovejoy

Fecha / Item	Datos iniciales 14/07	15/08	16/09	17/10	12/01/15	/
Peso	150.8	142	140.8	133.8	138	
IMC	26.0	25.2	25	23.5	24.5	
PGC	39.2%	34.7%	32.8%	33.3%	32.2%	
Cuello	15	15	14	35.6 cm	36	
Busto	38	38	37.5	91 cm	96	
Cintura	33	28	29.5	74 cm	76	
Cadera	41.5	39	38.5	96.5 cm	98	
Muslo	24	21.5	23	54.6 cm	58	
Brazo	13.5	12	12	31 cm	31.5	
Muñeca	7	7	6	17 cm	16.3	
Presión	130/90	107/90	107/69	109/62	105/72	
Relación c/c	---	---	---	0.77	0.78	



www.plusvida.org

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