



Plantilla de medidas

Paciente: Débora Lacs

Fecha / Item	Datos iniciales 21/06	13/12	13/01	3/03	4/04	/
Peso	191	144	145	146.3	150	
IMC	27.1	23.2	23.07	23.3	23.9	
PGC	37%	26.3%	26.3%	27.8%	27.1%	
Cuello	36	33.5	32.5	33	33	
Busto	111	92.5	92.5	93	95	
Cintura	98	75	75.5	76	76	
Cadera	113	95	95.5	96	97	
Muslo	69	56	56	55	57	
Brazo	35	28	28	28	29	
Muñeca	17	16	16	16	16.5	
Presión	138/93	108/62	105/63	102/66	105/67	
Relación c/c	0.87	0.79	0.80	0.79	0.78	



www.plusvida.org

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