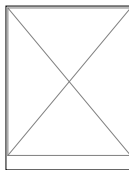


Dados do Avaliado



Nome: **Marcelo Alves Farias - 11667**

Telefone:

E-mail:

Endereço: **Quadra QNN 12 lote 04 apt 205 - Ceilândia/DF**

Data de nasc: **30/10/1981 - 39 anos e 3 meses**

Sexo: **Masculino**

Condição:

Avaliação

Avaliação: **2**

Avaliador: **Pedro Ferreira da Silva junior (pacato)**

Protocolo de composição corporal: **Jackson & Pollock - 7 Dobras (Mas. 18 a 61 anos)**

Cálculo do Peso Ósseo: **Método de Von Döbeln**

Pres. arterial (mmHg):

Cálculo do Peso Residual: **Equação de Wurch (Mas/Fem)**

Freq. de repouso (bpm):

0,00

Avaliação feita em
07/01/2021 16:12:25

Próxima avaliação
07/04/2021

Composição corporal

Protocolo: **Jackson & Pollock - 7 Dobras (Mas. 18 a 61 anos)**

Altura **179,00 m**

Peso **100,20 kg**

Peso gordo **21,68 kg**

Peso magro **78,52 kg**

Peso muscular **54,37 kg**

Peso ósseo **0,00 kg**

Peso residual **24,15 kg**

Gordura atual **21,64 %** **Acima da Média**

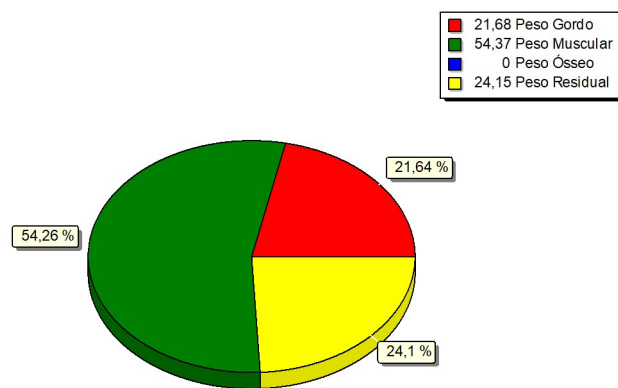
Gordura ideal **16,00 %**

Peso ideal **92,37 kg**

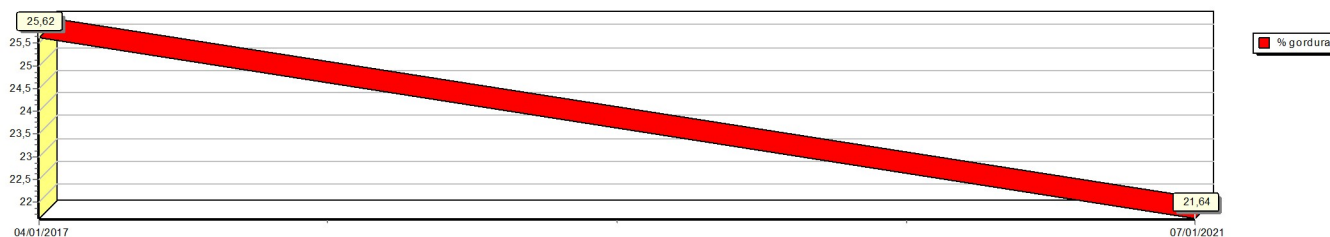
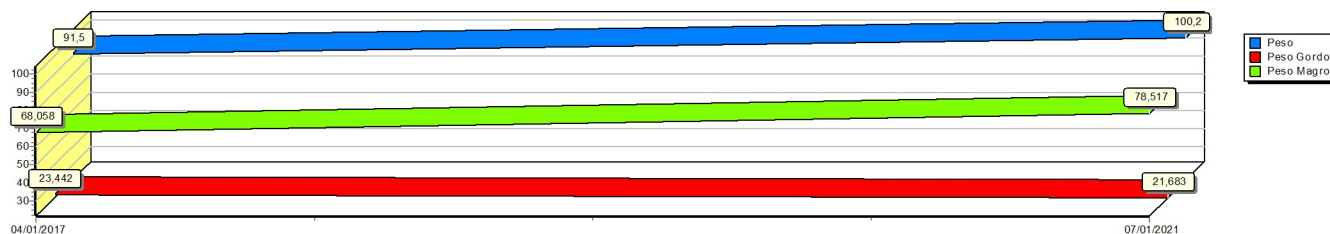
Dif. do peso ideal **-7,8 % ou -7,83 kg**

IMC **0,00 %**

Relação Cintura X Quadril
0 - Baixo



Evolução



Perímetros

Dobras cutâneas

		Dir.	Esq.
Ombro	138,00 cm		
Tórax (r)	112,00 cm	Antebraço 30,50 cm	31,50 cm
Tórax (i)	0,00 cm	Braço (r) 0,00 cm	0,00 cm
Abdome	98,00 cm	Braço (c) 41,50 cm	42,00 cm
Cintura	96,00 cm	Coxa 66,00 cm	66,00 cm
Quadril	0,00 cm	Panturrilha 40,00 cm	39,50 cm

Subescapular	27,00 mm	Peitoral	21,00 mm
Bicipital	0,00 mm	Abdominal	30,00 mm
Tricipital	10,00 mm	Coxa	16,00 mm
Axilar-média	14,00 mm	Panturrilha	0,00 mm
Supra-ilíaca	26,00 mm		

Somatotipo

Resultados obtidos

Endomorfia: **-0,54**

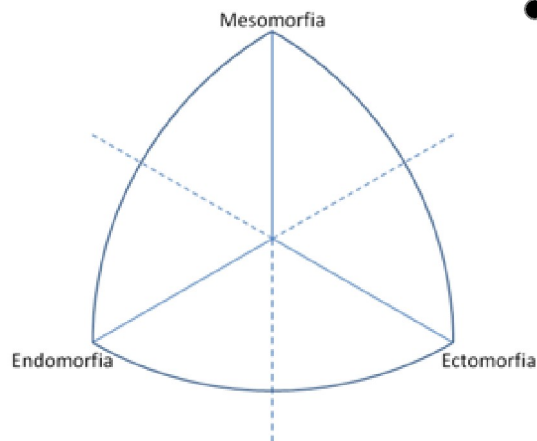
Mesomorfia: **-2.326,16**

Ectomorfia: **2.792,45**

Ectomorfo Endomórfico

Dados coletados

Altura	179,00 m	Subescapular	27,00 mm
Peso	100,20 kg	Tricipital	10,00 mm
Per. Braço	0,00 cm	Supra-ilíaca	26,00 mm
Per. Perna	40,00 cm	Diametro Úmero	0,00 cm
		Diâmetro Fêmur	0,00 cm



Importante

O somatotipo é uma teoria da técnica de classificação corporal desenvolvida pelo fisiologista americano William Herbert Sheldon, que dividiu a estrutura física do ser humano em três condições diferenciadas: Endomorfia (adiposidade): se refere à gordura relativa, apresentando como principais características corporais o arredondamento das curvas corporais; Mesomorfia (muscularidade): destacam-se o grande relevo muscular aparente, com contornos predominantes na região do trapézio, deltoide e abdominal, bem como uma estrutura óssea mais maciça, principalmente na região do punho e antebraço. A presença de gordura corporal é pequena, permitindo uma boa visualização da musculatura; Ectomorfia (magreza): Caracteriza-se por músculos/membros finos e longos e baixo acúmulo de gordura.

Dados comparativos

		Medida	07/01/2021	04/01/2017
D A D O S	Altura	m	179,00	178,50
	Peso	kg	100,20	91,50
	Peso gordo	kg	21,68	23,44
	Peso magro	kg	78,52	68,06
	Peso muscular	kg	0,00	0,00
	Peso ósseo	kg	0,00	0,00
	Peso residual	kg	24,15	22,05
	Peso ideal	kg	92,37	80,07
	Gordura atual	%	21,64	25,62
	Gordura ideal	%	16,00	16,00
	IMC	%	0,00	0,00
	Pressão arterial	mmHg		
	Frequência de repouso	bpm	0,00	0,00
P E R I M E T R I A	Ombro	cm	138,00	129,00
	Tórax (r)	cm	112,00	0,00
	Tórax (i)	cm	0,00	107,00
	Abdome	cm	98,00	99,00
	Cintura	cm	96,00	0,00
	Quadril	cm	0,00	0,00
	Relação Cintura x Quadril	cm	0,00	0,00
	Antebraço direito	cm	30,50	28,50
	Antebraço esquerdo	cm	31,50	28,50
	Braço direito R	cm	0,00	0,00
	Braço direito C	cm	41,50	36,00
	Braço esquerdo R	cm	0,00	0,00
	Braço esquerdo C	cm	42,00	36,00
	Coxa direita	cm	66,00	63,00
	Coxa esquerda	cm	66,00	62,00
	Panturrilha direita	cm	40,00	40,00
	Panturrilha esquerda	cm	39,50	39,00
D O B R A S	Subescapular	mm	27,00	33,00
	Bicipital	mm	0,00	0,00
	Tricipital	mm	10,00	14,00
	Axilar-média	mm	14,00	22,00
	Supra-ilíaca	mm	26,00	30,00
	Peitoral	mm	21,00	19,00
	Abdominal	mm	30,00	41,00
	Coxa	mm	16,00	19,00
	Panturrilha	mm	0,00	0,00
V O 2	VO2 obtido	ml(kg.min) -1	0,00	0,00
	VO2 previsto	ml(kg.min) -1	40,45	40,45
	Déficit aeróbio funcional	%	0,00	0,00