

DADOS PESSOAIS

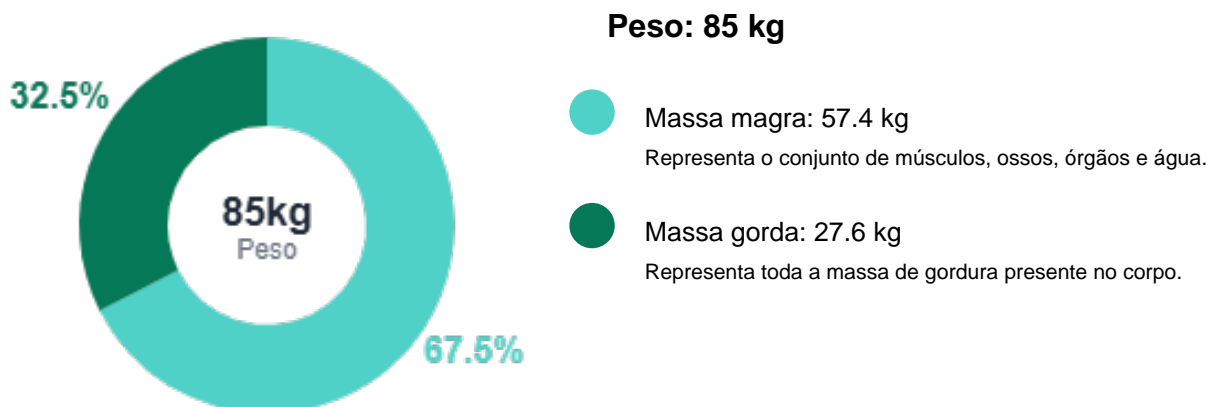
Altura:	175 cm
Peso:	85.0 kg
Idade:	28 anos
Sexo:	Masculino
IMC:	27.8 kg/m ²
TMB:	1609 kcal/dia

GRIMALDI SCORE

80/100

Interpretação: Excelente composição corporal

ANÁLISE GLOBAL DA COMPOSIÇÃO CORPORAL



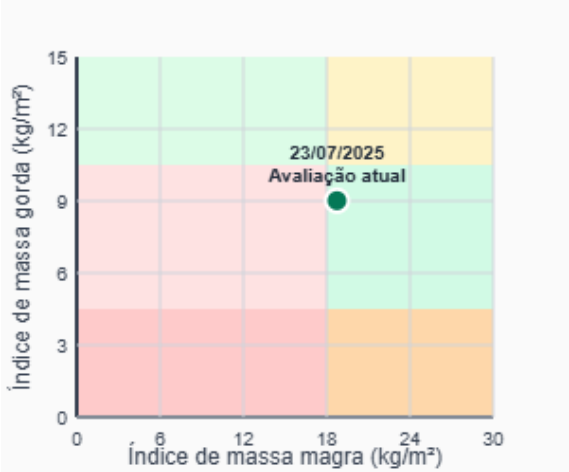
Água corporal: 41.5L (48.8%)

Predito a partir da constante hídrica de mamíferos de 72,3% de água em relação à massa magra.

Gasto energético de repouso: 1609 kcal

Predito a partir da equação de Cunningham (1980) que utiliza massa magra como variável.

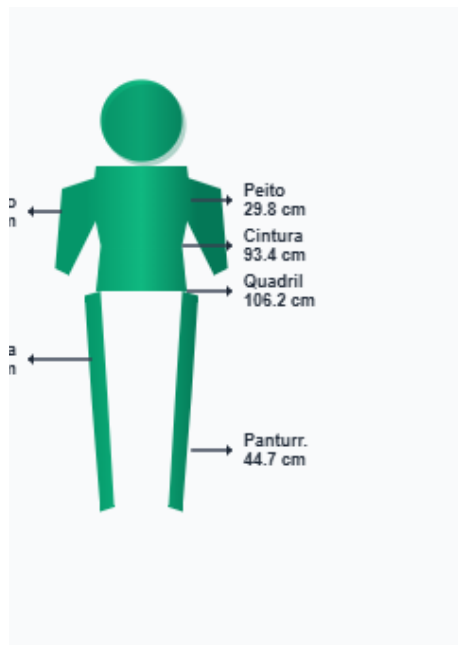
RELAÇÃO MASSA MAGRA X MASSA GORDA



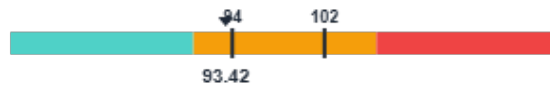
O gráfico indica a relação entre a classificação dos índices de massa gorda e massa magra, permitindo a interpretação do estado nutricional do indivíduo de forma mais eficaz que o IMC isoladamente, auxiliando no rastreamento de riscos à saúde.

Posicionamento ideal: quadrante superior direito (massa magra alta, massa gorda baixa).

PERÍMETROS E SUAS RAZÕES



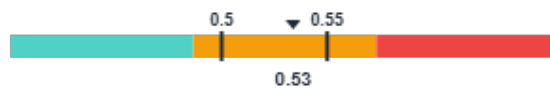
Cintura: 93.4 cm



Quadril: 106.2 cm



Razão cintura-estatura: 0.53



Razão cintura/quadril: 0.88



Perímetros e suas razões são importantes indicadores de saúde, ajudando a monitorar e prevenir complicações associadas ao excesso de peso.

Índice de conicidade: 0.26



Bicôncavo



Cilíndrico



Bicônico

Indica a distribuição de gordura corporal, especialmente abdominal, para avaliar o risco de doenças cardiovasculares. Indivíduo bicôncavo possui menor risco, enquanto o bicônico apresenta risco elevado de complicações.

RESUMO DOS INDICADORES

<div>Percentual de gordura</div> <div>32.5%</div> <div>Alto risco</div>	<div>Índice de massa magra</div> <div>18.7</div> <div>Adequado</div>	<div>Razão cintura/quadril</div> <div>0.88</div> <div>Adequado</div>
<div>Índice de massa gorda</div> <div>9.0</div> <div>Alto</div>	<div>Razão cintura/estatura</div> <div>0.53</div> <div>Moderado</div>	<div>Índice de conicidade</div> <div>0.26</div> <div>Adequado</div>

Grimaldi Score

80/100

O score é gerado com base nos indicadores de composição corporal. Quanto maior o score, melhor a condição física. Utilize-o como complemento à avaliação clínica.

HISTÓRICO DE AVALIAÇÕES

Peso:
85 kg



jul

Percentual de gordura:
32.5 %



jul

Massa magra:
57.4 kg



jul

Massa gorda:
27.6 kg



jul

INDICADORES DE REFERÊNCIA

Indicadores	Referência	Avaliação Atual
IMC	18,5-24,9 kg/m²	27.8 kg/m²
Índice de massa gorda	< 4,4 kg/m²	9.0 kg/m²
Índice de massa magra	> 17,8 kg/m²	18.7 kg/m²
Razão cintura/estatura	< 0,5	0.53
Razão cintura/quadril	< 0,9	0.88
Índice de conicidade	< 1,25	0.26

INTERPRETAÇÃO PERSONALIZADA

Parabéns! Sua composição corporal está em excelente estado. Todos os indicadores estão dentro das faixas ideais, demonstrando baixo risco cardiometabólico e boa saúde geral.

PONTOS DE ATENÇÃO

- Índice de massa gorda elevado: Alto risco

RECOMENDAÇÕES

IMPORTANTE: Este relatório tem carácter informativo e não substitui avaliação médica profissional.

Os dados apresentados devem ser interpretados por profissional qualificado da área da saúde.

Relatório gerado em 23/07/2025 - Sistema Grimaldi v2.0