

Controle Corporal

(Método: Bioimpedância)

Nome: ANDRE GRACIANO GAUNA

Sexo: Masculino

Idade: 23 anos

Altura: 170 cm

Data: 11/12/2018 09h

Resumo das Avaliações

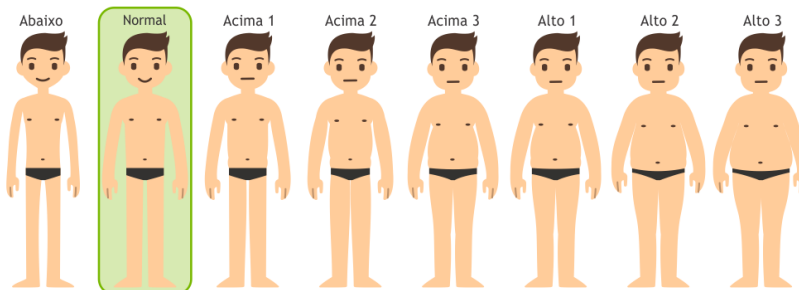
Indicador	Último	Geral
Tempo	2m 7d	2m 7d
Peso	+0,8Kg	+0,8Kg
Gordura	+2,5% (+1,9kg)	+2,5% (+1,9kg)
Músculo Esquelético	-1,5% (-0,7kg)	-1,5% (-0,7kg)
Gordura Visceral	+1	+1
Idade Corporal	+2 anos	+2 anos

Composição Corporal

Descrição	Resultado	Avaliação	Descrição	Resultado	Avaliação
Peso Referência ⁽¹⁾ : 53,5~72,3 Kg	70,6 Kg	Normal	Gordura Corporal Referência ⁽⁸⁾ : 8,0~19,9 %	18,6 % 13,1 Kg	Normal
Músculo Esquelético Referência ⁽²⁾ : 33,3~39,3 %	41,7 % 29,4 Kg	Ótimo	Gordura Visceral Referência ⁽⁹⁾ : 1~9	7	Regular
Idade Corporal	28 anos	+ 5 ano(s)	Metabolismo Basal Referência ⁽¹⁰⁾ : 1493~1750 Kcal	1.681 Kcal	Normal
IMC Referência ⁽¹⁾ : 18,5~25,0 Kg/m ²	24,4 Kg/m ²	Normal			

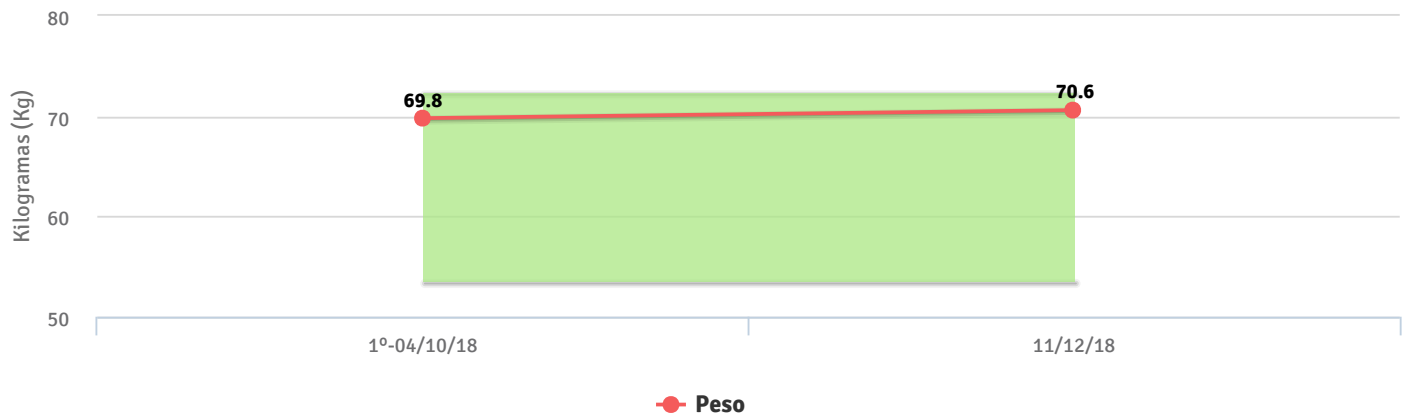
*use seus resultados como referência quando consultar seu médico, nutricionista ou preparador físico.

Histórico e Avatar



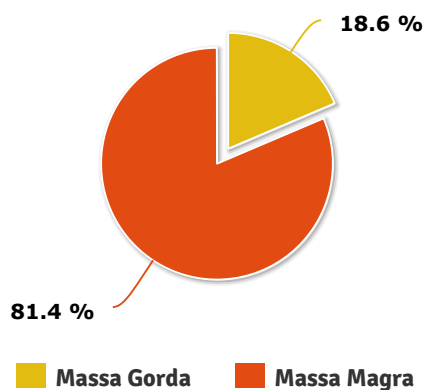
Peso Corporal

Lembre-se: Avalie o peso juntamente com os demais indicadores.



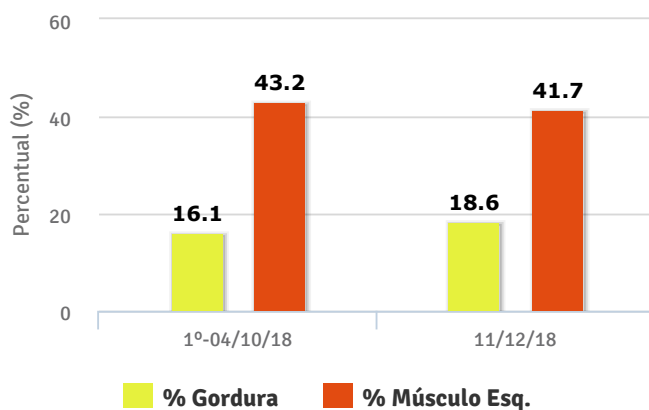
Composição Corporal

Bi-compartimental



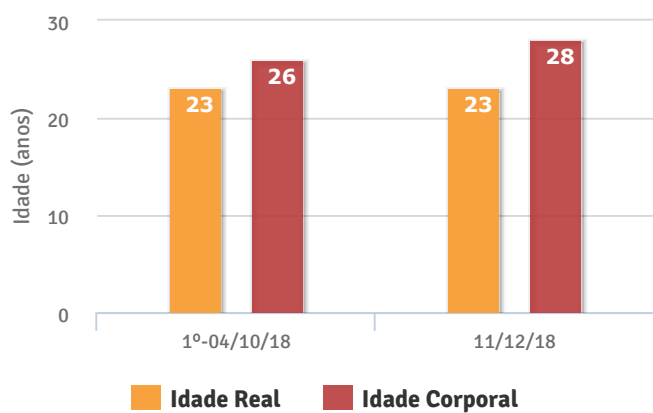
Composição Corporal

Percentual de Músculo e Gordura



Idade Corporal

Idade avaliada conforme composição corporal.



Fonte: ⁽¹⁾ OMS - Organização Mundial da Saúde / ⁽²⁾ Omron Healthcare / ⁽⁴⁾ American Journal Clin Nutri 1999 / ⁽⁵⁾ Rico et Al. 1993 / ⁽⁸⁾ baseado nas diretrizes NIH/OMS para IMC / ⁽⁹⁾ Omron Healthcare e Tanita / ⁽¹⁰⁾ Método Harris-Benedict / ⁽¹¹⁾ WHO, 2000