

Controle Corporal

(Método: Bioimpedância)

Nome: ADRIANA QUINTILHANO OLIVEIRA COSTA

Sexo: Feminino

Idade: 46 anos

Altura: 164 cm

Data: 10/12/2018 11h

Resumo das Avaliações

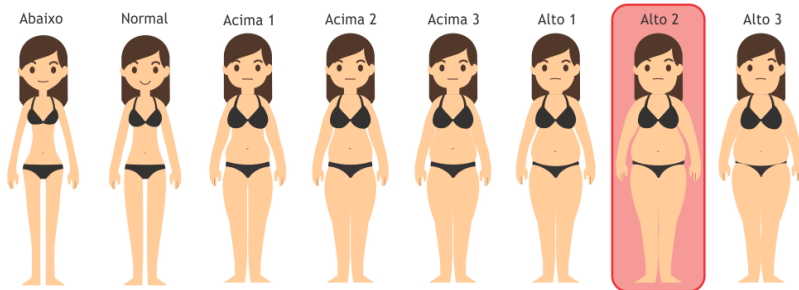
Indicador	Último	Geral
Tempo	1m 18d	1m 18d
Peso	+0,8Kg	+0,8Kg
Gordura	+0,8% (+1,0kg)	+0,8% (+1,0kg)
Músculo Esquelético	-0,4% (-0,1kg)	-0,4% (-0,1kg)
Gordura Visceral	+1	+1
Idade Corporal	+1 anos	+1 anos

Composição Corporal

Descrição	Resultado	Avaliação	Descrição	Resultado	Avaliação
Peso Referência ⁽¹⁾ : 49,8~67,2 Kg	79,2 Kg	Acima 12,0 Kg	Gordura Corporal Referência ⁽⁸⁾ : 23,0~33,9 %	43,0 % 34,1 Kg	Muito Alto
Músculo Esquelético Referência ⁽²⁾ : 24,1~30,1 %	24,9 % 19,7 Kg	Normal	Gordura Visceral Referência ⁽⁹⁾ : 1~9	9	Regular
Idade Corporal	57 anos	+ 11 ano(s)	Metabolismo Basal Referência ⁽¹⁰⁾ : 1212~1379 Kcal	1.502 Kcal	Acima
IMC Referência ⁽¹⁾ : 18,5~25,0 Kg/m ²	29,4 Kg/m ²	Acima			

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

Histórico e Avatar



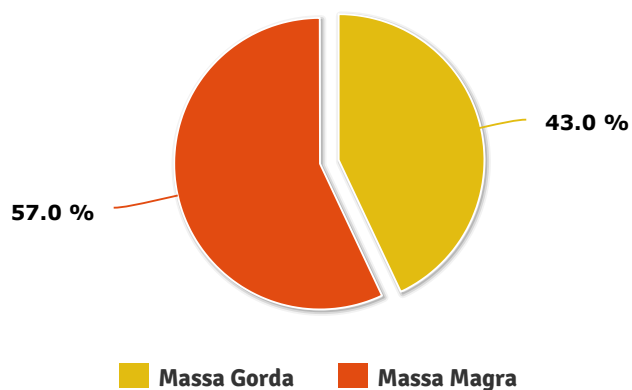
Peso Corporal

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



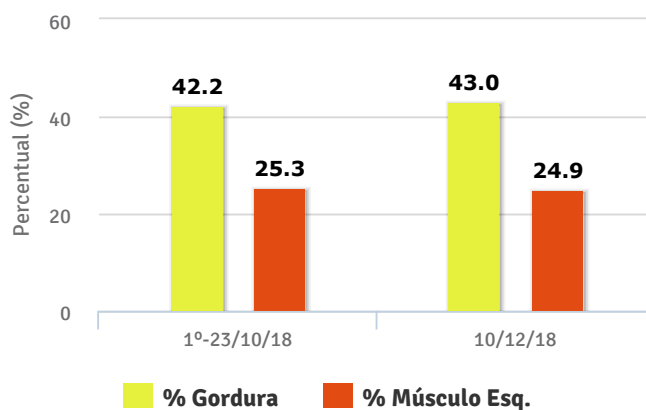
Composição Corporal

Bi-compartimental



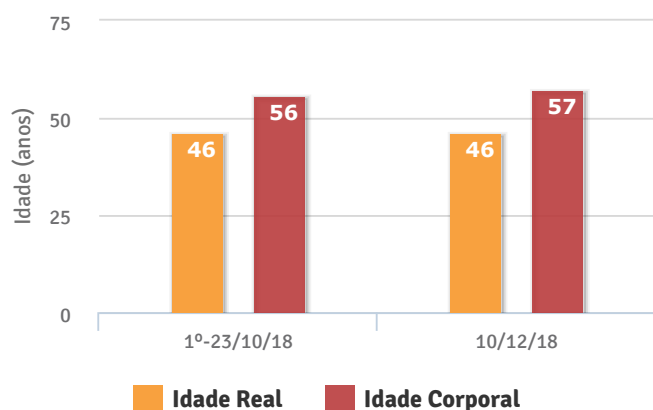
Composição Corporal

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