

Controle Corporal

(Método: Bioimpedância)

Nome: THAIS APARECIDA RIBEIRO BENEDI

Sexo: Feminino

Idade: 31 anos

Altura: 168 cm

Data: 08/08/2019 16h

Resumo das Avaliações

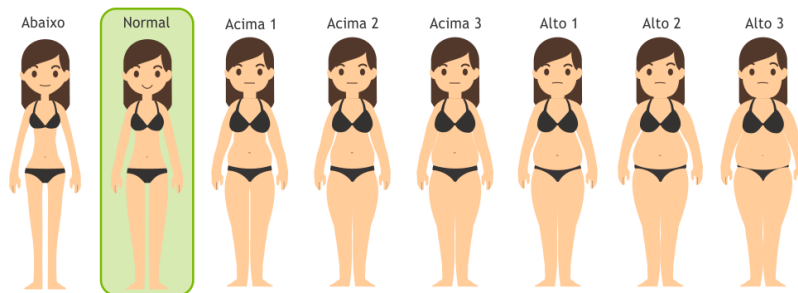
Indicador	Último	Geral
Tempo	2m 9d	11m 12d
Peso	-1,8Kg	-0,4Kg
Gordura	-2,9% (-2,1kg)	+11,1% (+6,2kg)
Músculo Esquelético	+1,5% (+0,3kg)	-10,9% (-6,3kg)
Gordura Visceral	0	0
Idade Corporal	-3 anos	+1 anos

Composição Corporal

Descrição	Resultado	Avaliação	Descrição	Resultado	Avaliação
Peso Referência ⁽¹⁾ : 52,2~70,6 Kg	56,3 Kg	Normal	Gordura Corporal Referência ⁽⁸⁾ : 21,0~32,9 %	24,8 % 14,0 Kg	Normal
Músculo Esquelético Referência ⁽²⁾ : 24,3~30,3 %	31,6 % 17,8 Kg	Ótimo	Gordura Visceral Referência ⁽⁹⁾ : 1~9	3	Ótimo
Idade Corporal	19 anos	- 12 ano(s)	Metabolismo Basal Referência ⁽¹⁰⁾ : 1313~1489 Kcal	1.296 Kcal	Abaixo
IMC Referência ⁽¹⁾ : 18,5~25,0 Kg/m ²	19,9 Kg/m ²	Normal			

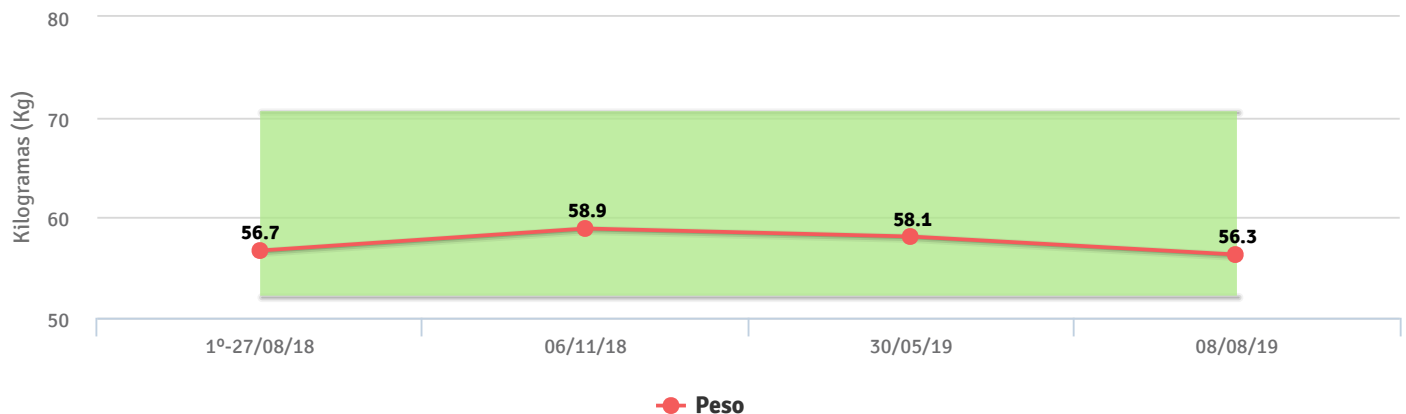
*Use seus resultados como referência quando consultar seu médico, nutricionista, farmacêutico, preparador físico ou profissional qualificado que faz seu acompanhamento.

Histórico e Avatar



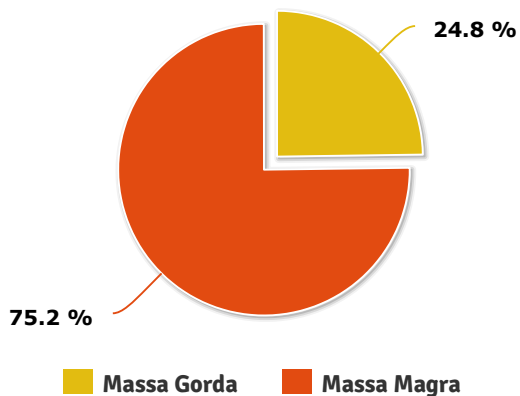
Peso Corporal

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



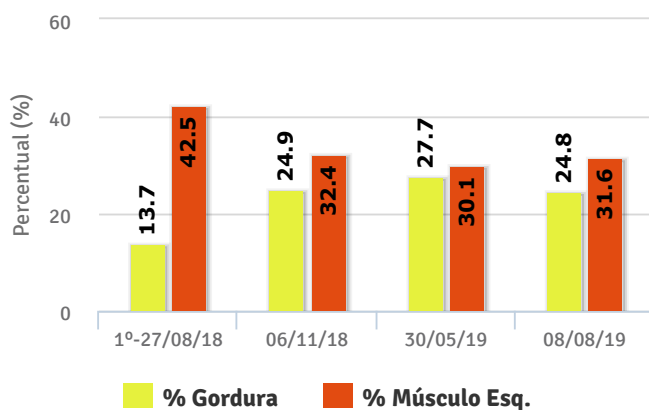
Composição Corporal

Bi-compartimental



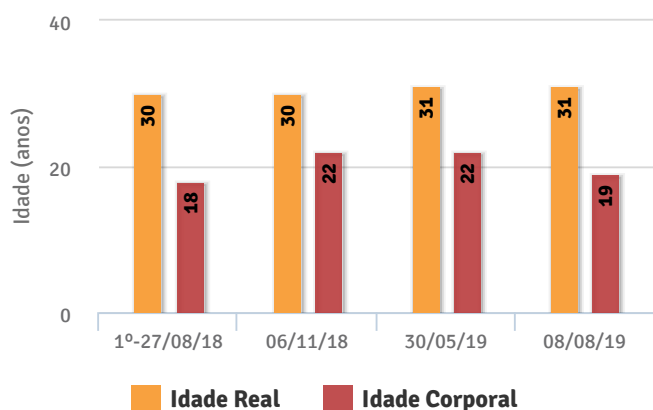
Composição Corporal

Percentual de Músculo e Gordura



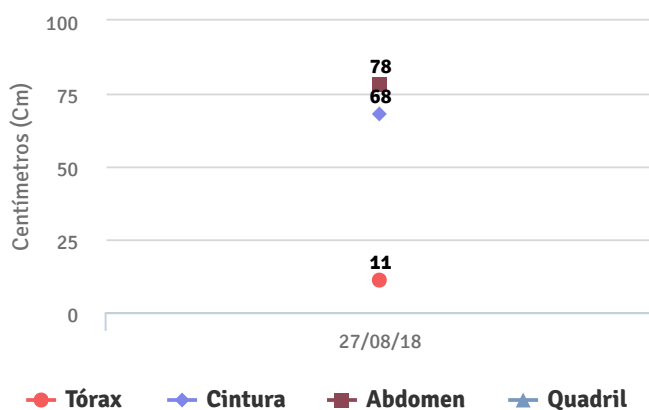
Idade Corporal

Idade avaliada conforme composição corporal.



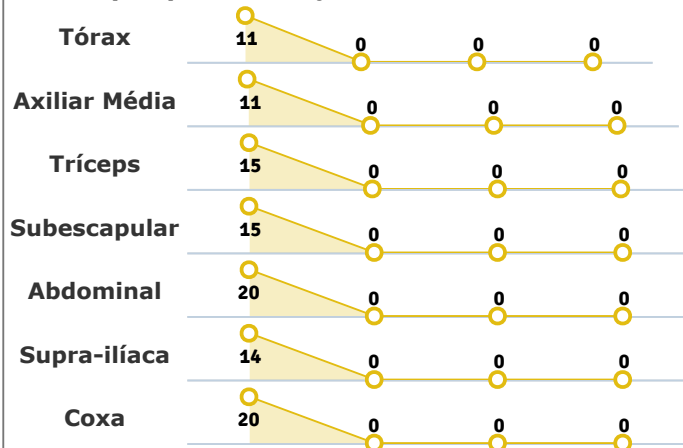
Medidas do Tronco

Evolução das medidas.



Dobras (mm)

Evolução das Dobras Cutâneas



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