



Julieni Santestevan
Nutricionista

AVALIAÇÃO ANTROPOMÉTRICA

Nome	FELIPE ABREU			
Sexo	MASCULINO			
Altura (m)	1,76			
Idade	27			
Peso (kg)	92			Circunferências (cm)
			Braço direito	37
Dobras cutâneas (mm)			Braço esquerdo	38
Tricipital	16		Tórax	116
Subscapular	26		Abdomen	100
Supra-iliaca	40		Cintura	107
Abdominal	45		Quadril	107

RESULTADOS

IMC (kg/m ²)	29,70041322		PESO GORDO	25,116
			M. MAGRA (KG)	66,884
% GORDURA	27,3		% M. MAGRA	72,7

CLASSIFICAÇÃO DO PERCENTUAL DE GORDURA PARA HOMENES

NIVEL/IDADE	18-25	26-35	36-45	46-55	56-65
EXCELENTE	4 a 6%	8 a 11%	10 a 14%	12 a 16%	13 a 18%
BOM	8 a 10%	12 a 15%	16 a 18%	18 a 20%	20 a 21%
ACIMA DA MÉDIA	12 a 13%	16 a 18%	19% a 21	21 a 23%	22 a 23%
MÉDIA	14 a 16%	18 a 20%	21 a 23%	24 a 25%	24 a 25%
ABAIXO DA MÉDIA	17 a 20%	22 a 24%	24 a 25%	26 a 27%	26 a 27%
RUIM	20 a 24%	20 a 24%	27 a 29%	28 a 30%	28 a 39%
MUITO RUIM	26 a 36 %	28 a 36%	30 a 39%	32 a 38%	32 a 38%

