

Nome		Carteirinha	Data do exame
Mário Filho de Souza		00012345	10/12/2022
CPF	Sexo	Data de nasc.	Idade
012.345.678-90	Masculino	13/04/1960	62 anos

Medidas antropométricas

Altura	Peso	IMC	
1,75 m	64,0 kg	21,9 Normal	
Circ. abdominal	Circ. cintura	Circ. quadril	RCQ
88 cm	90 cm	107 cm	0,8411 Normal

A relação cintura quadril (RCQ) é o cálculo que se faz para verificar o risco que um indivíduo possui de sofrer com doenças cardíacas. Classificação para mulheres: Normal (até 0,790), Risco 1 (de 0,791 a 0,880), Risco 2 (acima de 0,881). Classificação para homens: Normal (0,940), Risco 1 (de 0,941 a 1,020), Risco 2 (acima de 1,021).

Aferição nutricional

% de gordura	% de gordura visceral	Massa magra
19,2 % Normal	7,0 % Normal	24,5 Normal

O percentual ideal de gordura para mulheres é de 20% a 30%, e para homens de 10% a 20%. Já para a gordura visceral, o percentual ideal é entre 5% a 9% para homens e mulheres.

Pressão arterial

Sistólica	Diastólica	Pressão arterial normal
120	80	

Exames laboratoriais

Triglicerídes	Triglicerídes acima do normal
198 mg/dl	

Glicemia	Glicemia um pouco acima do normal
109 mg/dl	

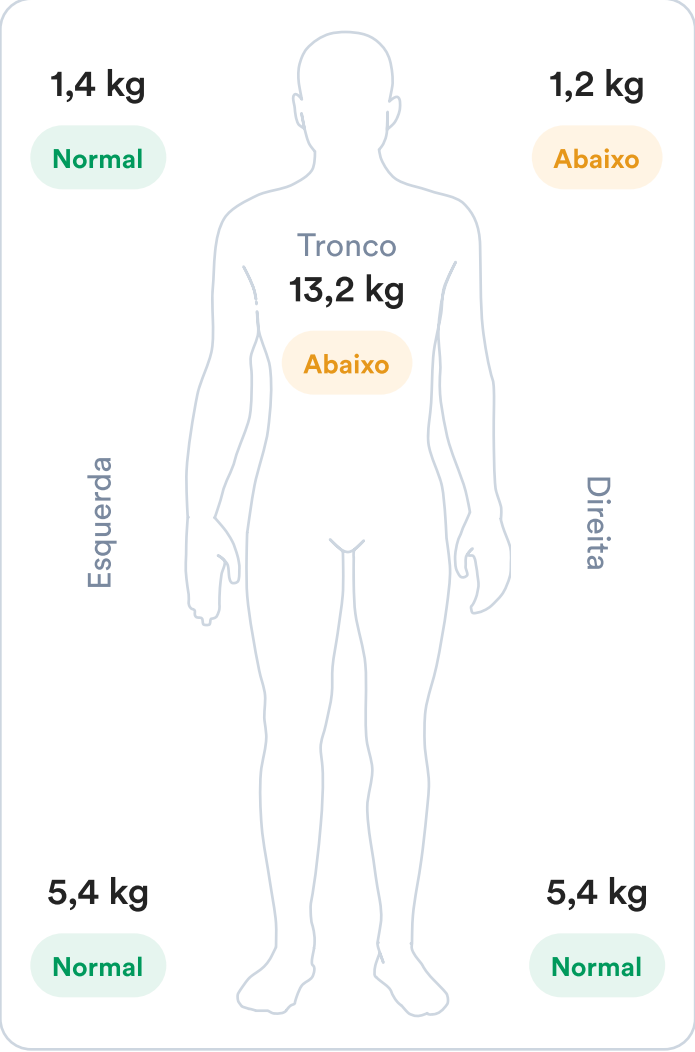
A glicemia é considerada normal quando o resultado do exame é inferior a 100. Quando o resultado é maior que 100, o paciente é orientado a realizar os exames de hemoglobina glicosilada e tolerância à glicose. Não se considera um paciente diabético sem a realização desses exames.

Colesterol total	Colesterol HDL	Colesterol LDL	Não HDL-C
287,8 Normal	94 Normal	160 Normal	193,8 Normal

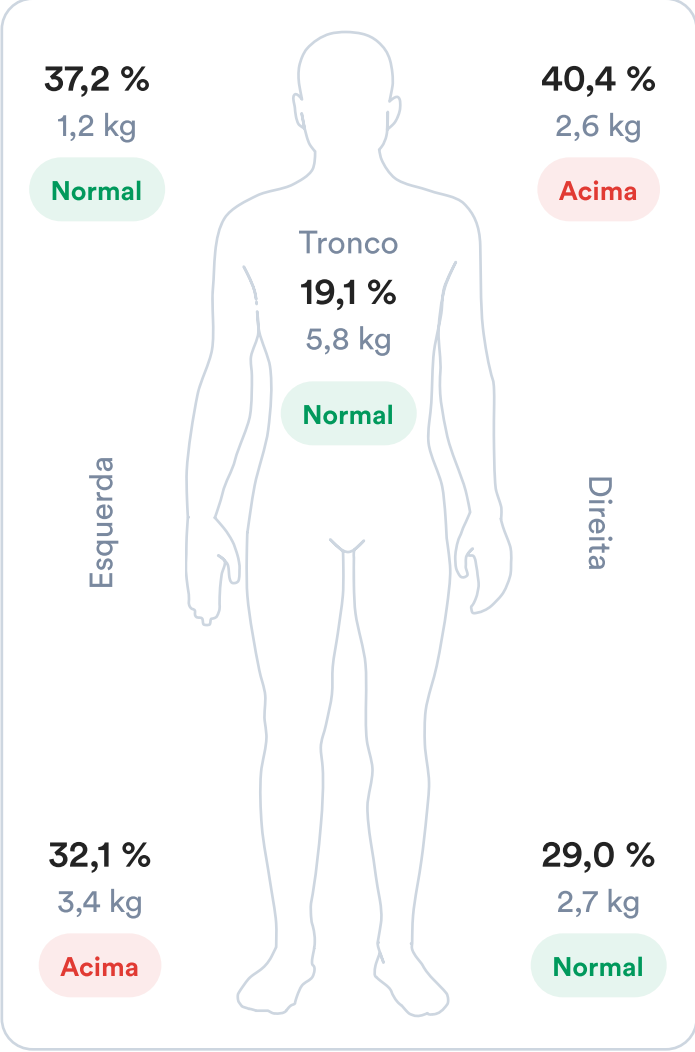
Controle músculo-gordura

+ 3,8 kg	- 4,7 kg
Controle de músculo	Controle de gordura

Massa magra segmentada



Gordura segmentada



Parabéns pela participação nas ações de saúde preventiva! O departamento de Medicina Preventiva da Unimed Assis se coloca à sua disposição para esclarecer qualquer eventual dúvida sobre cuidados com a saúde.