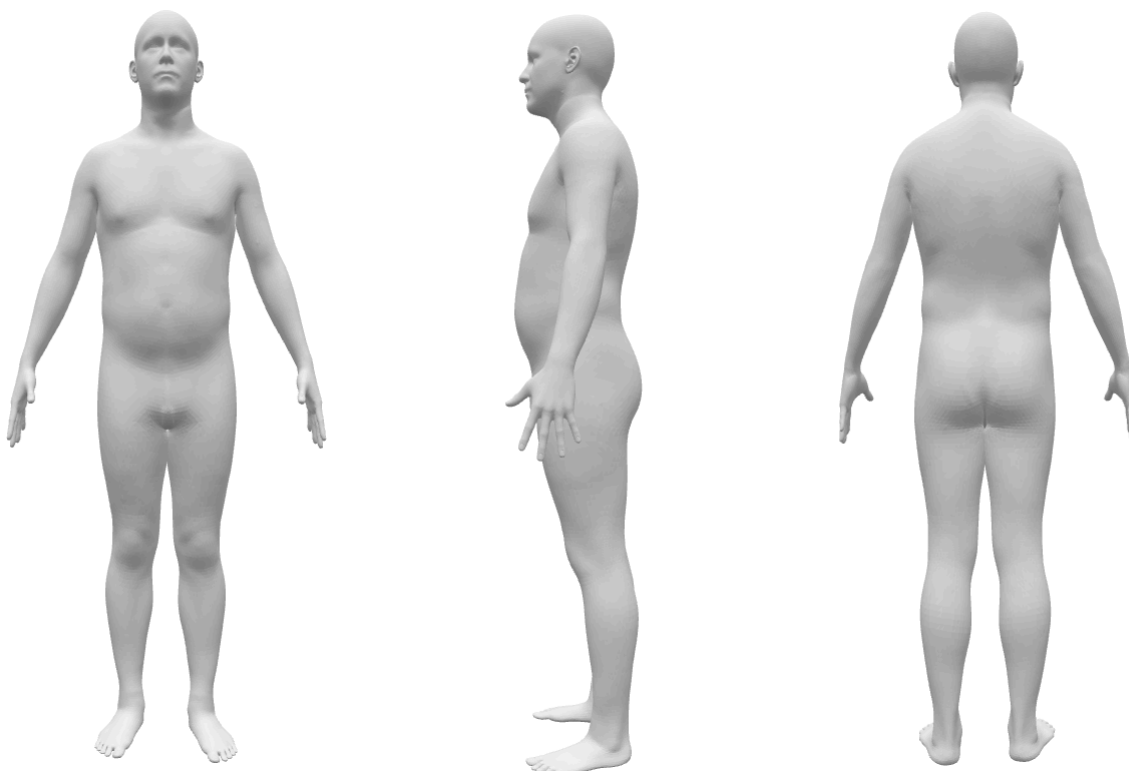


Avaliado: **Fernando Guimarães Teixeira**
Data de nascimento: **18/07/1964 - 60 anos**

Avaliador: **Fernando Teixeira**
Data e horário: **06/02/2025 às 08:35**

Análise do Risco Metabólico



Peso
86 kg



Altura
186 cm



IMC
24,9 kg/m²



Volume
89,5 litros

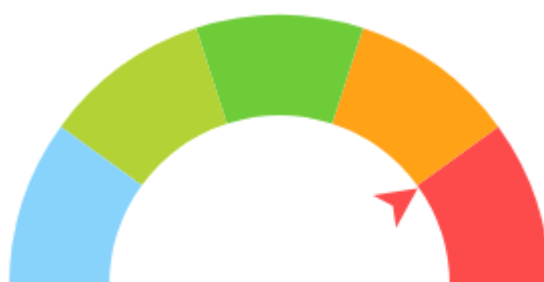


Seu risco metabólico está:
NORMAL

Avaliado: **Fernando Guimarães Teixeira**
Data de nascimento: **18/07/1964 - 60 anos**

Avaliador: **Fernando Teixeira**
Data e horário: **06/02/2025 às 08:35**

Risco Metabólico da Área de Gordura Visceral



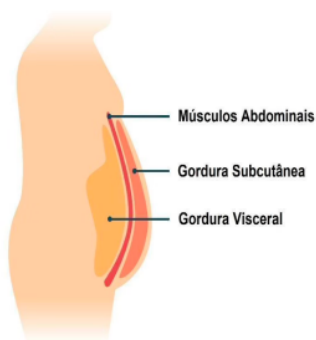
132,8 cm²

Existem oportunidades de redução do risco metabólico

Classificação do Risco Metabólico

O valor da área de gordura visceral é de 132,8 cm². Por esse critério, o risco metabólico é muito alto.

Riscos Associados: Excesso de gordura visceral está relacionado a doenças cardiovasculares, diabetes tipo 2 e hipertensão, além de inflamações crônicas e complicações metabólicas.



Gordura Visceral

A gordura visceral se acumula ao redor dos órgãos internos, como fígado e intestinos. Em excesso, está associada a problemas como doenças cardíacas e diabetes. Manter seus níveis controlados é essencial para a saúde.

Limites da Área de Gordura Visceral

Homens com menos de 100 cm² e mulheres com menos de 80 cm² têm menor risco metabólico.



Homens < **100 cm²**



Mulheres < **80 cm²**

Avaliado: **Fernando Guimarães Teixeira**
Data de nascimento: **18/07/1964 - 60 anos**

Avaliador: **Fernando Teixeira**
Data e horário: **06/02/2025 às 08:35**

Risco Metabólico da Relação Cintura Estatura



0,5

Seu risco metabólico está:
NORMAL



Classificação do Risco Metabólico

O valor da relação cintura-estatura é de 0,5. Por esse critério, o risco metabólico é normal.

Riscos Associados: Uma relação cintura/estatura elevada pode aumentar o risco de doenças cardiovasculares, diabetes tipo 2 e hipertensão, devido ao acúmulo de gordura na região abdominal.

O que é a Relação Cintura/Estatura?

A relação cintura/estatura é a proporção entre o perímetro da cintura e a altura. Para manter uma boa saúde, a circunferência da sua cintura deve ser menor do que a metade da sua altura.

Avaliado: Fernando Guimarães Teixeira
Data de nascimento: 18/07/1964 - 60 anos

Avaliador: Fernando Teixeira
Data e horário: 06/02/2025 às 08:35

Risco Metabólico do Percentual de Gordura



18,8%

Seu risco metabólico está:
MUITO BAIXO

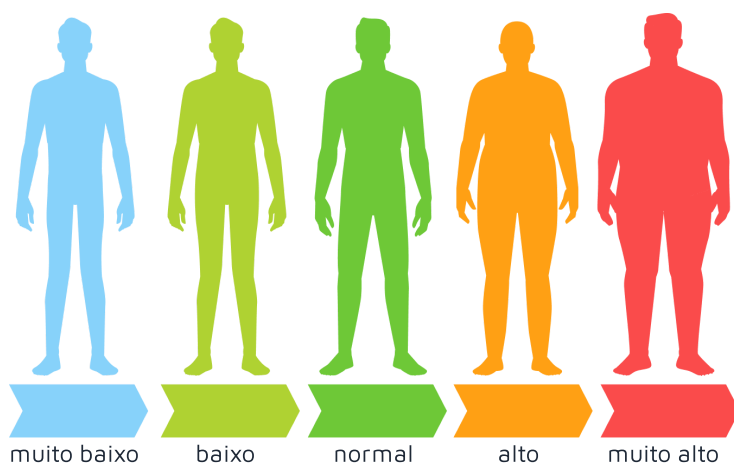
Classificação do Risco Metabólico

O percentual de gordura corporal é de 18,8%. Por esse critério, o risco metabólico é muito baixo.

Riscos associados: Um percentual de gordura muito alto aumenta o risco de doenças cardiovasculares e hipertensão. Por outro lado, um percentual muito baixo pode levar à uma imunidade mais baixa e desequilíbrios hormonais. Manter o equilíbrio é importante.

O que é o Percentual de Gordura?

O percentual de gordura representa a proporção de gordura no corpo em relação ao peso total. Essa medida ajuda a avaliar a composição corporal e a monitorar a saúde.



Avaliado: **Fernando Guimarães Teixeira**
Data de nascimento: **18/07/1964 - 60 anos**

Avaliador: **Fernando Teixeira**
Data e horário: **06/02/2025 às 08:35**

Risco Metabólico por Biomarcador

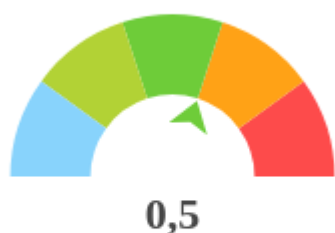


Seu risco metabólico está:
NORMAL



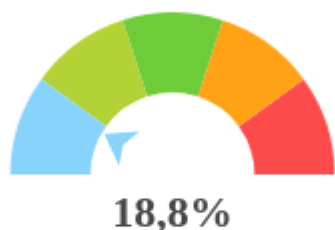
Área de Gordura Visceral

O valor da área de gordura visceral é de 132,8 cm². Por esse critério, o risco metabólico é muito alto.



Relação Cintura/Estatura (RCEST)

O valor da relação cintura-estatura é de 0,5. Por esse critério, o risco metabólico é normal.



Percentual de Gordura Corporal

O percentual de gordura corporal é de 18,8%. Por esse critério, o risco metabólico é muito baixo.