

Nota:A musculatura corresponde a 35%-48% do peso. Músculo em excesso não significa que se deva diminuir a musculatura, mas sim que se deve transformar a gordura do corpo em músculos. Com o aumento da musculatura, o metabolismo basal será melhorado. O metabolismo basal indica a energia que precisa ser gasta em funções básicas, como manter a temperatura, a respiração e a circulação do sangue. O aumento da musculatura irá causar o aumento do metabolismo, de modo que mesmo que o corpo esteja em repouso será capaz de queimar gordura, criando um corpo que não engorda facilmente. Assim, quando o metabolismo aumenta, mesmo que se coma como antes, a gordura irá decrescer gradualmente. Por isto, primeiro é preciso aumentar a própria massa muscular, para que então se possa emagrecer. Deve-se treinar a força dos músculos e fazer exercícios aeróbicos.

Propriedade	Subpadrão		Padrão		Sobrepadrão					
	20%	40%	60%	80%	100%	120%	140%	160%	180%	200%

4. Conteúdo de gordura do corpo  15,1Kg

Nota:conteúdo de gordura num corpo saudável: homem 14%~20% , mulher 17%~24%.

Propriedade	Subpadrão	Padrão	Sobrepadrão							
	0%	5%	10%	15%	20%	25%	30%	35%	40%	45%

5. Porcentagem de gordura corporal  24,4%

Nota:A porcentagem de gordura corporal refere-se ao conteúdo de gordura corporal com o peso.
 Porcentagem de gordura corporal do homem: 14~20% é normal, 20%-25% é sobrepeso, >25% é obesidade;
 Porcentagem de gordura corporal da mulher: 17%~24% é normal, 25%-30% é sobrepeso, >30% é obesidade.

Propriedade	Subpadrão		Padrão		Sobrepadrão					
	0,55	0,60	0,65	0,70	0,75	0,80	0,85	0,90	0,95	1,00

6. Razão da gordura abdominal  0,73

Nota:É chamada por razão cintura-quadril, sendo a razão da linha da cintura com a altura (WHR)=W(cm)/H(cm).

	WHR	Normal	Gordura na cintura	Gordura no quadril
Masculino	<0,9	<0,9	>1,0	<1,0
Feminino	<0,8	<0,8	>0,85	<0,85

3. Nutrição

Nutrição	
Grau de obesidade do corpo(ODB)	109%
Índice de massa corporal (BMI)	22,8 Kg/M ²
Taxa de metabolismo basal(BMR)	1385 kcal
Massa celular do corpo(BCM)	20,71 Kg

BMI—índice de massa corporal:

Peso baixo	Padrão	Sobrepeso	Obesidade inicial	Obesidade nível um	Obesidade nível dois	Obesidade nível três
<18,5	18,5~22,9	>=23	23~24,9	25~29,9	>30	>=40

BMR (unidade:Caloria)

O metabolismo basal indica o metabolismo de energia do organismo em sua condição básica. Tal condição básica se configura como o estado em que a pessoa se encontra acordada, mas sem estar muito quieta, ao mesmo tempo em que não recebe influência de fatores como esforço muscular, temperatura ambiente, alimentação e tensão emocional. O metabolismo básico por unidade-tempo é chamado por taxa de metabolismo basal, isto é, a quantidade de calorias dispersada por cada metro quadrado do corpo em uma hora. Desde que não ultrapassando ou não estando abaixo do valor de 15%, considera-se como normal. A determinação da taxa de metabolismo basal é um dos principais métodos auxiliares no diagnóstico clínico de doenças da glândula tireóide. Quando ocorre hipertireoidismo, o metabolismo basal aumenta significativamente. Quando as funções da glândula tireóide descem, o mesmo ocorre de modo evidente com o metabolismo basal. O metabolismo basal possui grande influência no emagrecimento, de modo que exercícios diários feitos de modo adequado são de grande ajuda no aumento de sua taxa. Dietas (e, em casos extremos, o jejum) fazem com que o metabolismo basal diminua. Pode-se calcular o metabolismo basal de modo aproximado por meio do sexo, idade, altura e peso. Calcular a taxa de metabolismo de energia da taxa de metabolismo basal sob atividades de diferentes níveis de esforço também é uma boa maneira de se definir padrões de nutrição, selecionando a alimentação de modo fundamentado.

4.Avaliação geral

Avaliação geral				
Tipo de musculatura		Peso baixo	Padrão	Peso alto
	Poucos músculos			
	Comum		#	
	Musculoso			
Nutrição		Ausente	Bom	Excessivo
	Proteínas		#	
	Gorduras		#	
	Sais inorgânicos		#	
Equilíbrio superior e inferior		Bem desenvolvido	Padrão	Sub-desenvolvido
	Membros superiores		#	
	Membros inferiores		#	
Simetria		Equilibrado	Desequilibrado	
	Membros superiores	#		
	Membros inferiores	#		

5.Controle do peso

Controle do peso	
Peso alvo	57 Kg
Controle do peso	-5 Kg
Controle da gordura	-5 Kg
Controle da musculatura	0 Kg

-
1. Peso alvo: peso padrão do corpo de acordo com a altura.
 2. Controle do peso: indica necessidade mudar o peso do corpo. Valor negativo indica ser preciso diminuí-lo, enquanto que valor positivo indica ser preciso aumentá-lo.
 3. Controle da gordura: indica necessidade de mudar o peso da gordura do corpo. Valor negativo indica ser preciso diminuí-lo (faça exercícios aeróbicos, aumente o metabolismo, queime gordura extra, aumente a força muscular), enquanto que valor positivo indica ser preciso aumentá-lo.
 4. Controle da musculature: peso padrão da musculatura de acordo com a altura.

6.Avaliação da forma corporal

Avaliação da forma corporal: 88,3
--

Explicação dos padrões: ≥ 70 aprovado, ≥ 80 bom, ≥ 90 excelente.

Os resultados dos testes são apenas para referência, não como uma conclusão diagnóstica.



bioanalizador.com.br
Analisador de Bioressonância Magnética Quântica