



Relatórios e documentos que o EvoluBio emite

Catálogo com um exemplo real de cada laudo, gerado pela própria plataforma com dados de demonstração (paciente fictícia).

Sumário

Nove laudos e relatórios, cada um com uma folha de apresentação e o exemplo gerado pela plataforma. Os demais documentos do dia a dia do consultório estão na última página.

	RELATÓRIO	O QUE É	FOLHAS
1	Análise Corporal 360° Laudo de bioimpedância · adultos	A visão completa da composição corporal numa leitura só: cada indicador com o resultado e a faixa de referência da pessoa (sexo, idade e altura), o equilíbrio entre os segmentos e a evolução de todo o histórico.	3
2	Análise Segmentar Laudo de bioimpedância · adultos	O laudo clássico da bioimpedância segmentar: composição corporal com a coluna "Normal" e a distribuição de músculo e gordura em braços, pernas e tronco.	2
3	Composição MC-180 Laudo de bioimpedância · adultos	Uma folha no formato que o mercado conhece do laudo da Tanita MC-180: resultado e faixa normal de cada parâmetro, do corpo inteiro e por segmento.	1
4	Relatório Evolução Laudo de bioimpedância · adultos	A evolução das medições por bioimpedância ao longo do acompanhamento, em gráficos e em tabela.	2
5	Relatório Antropométrico Avaliação física · adultos	A avaliação física pelas medidas que a nutricionista toma no consultório: circunferências e dobras cutâneas, com faixas por sexo e idade.	2
6	Verificação de Prevenção Laudo de bioimpedância · adultos · em validação (beta)	Leitura preventiva da pesagem: indicar riscos, avaliar e reagir. Um mapa de seis indicadores mostra de cara o que está fora da faixa.	3
7	Avaliação Infantojuvenil Laudo de bioimpedância · 5 a 19 anos	O único laudo oferecido para menores de 18 anos, porque as referências de adulto não valem para quem ainda cresce.	1
8	Entendendo os seus resultados Anexo opcional · última folha de qualquer laudo adulto	Guia de leitura para o paciente: as réguas usadas no laudo e a posição dele em cada uma, em linguagem simples.	1
9	Relatório personalizado Montado em blocos · recurso do plano	A nutricionista monta o próprio relatório escolhendo os blocos e a ordem, com o título e o logotipo dela, e salva como modelo para reutilizar.	1

01

Laudo de bioimpedância · adultos

Análise Corporal 360°

A visão completa da composição corporal numa leitura só: cada indicador com o resultado e a faixa de referência da pessoa (sexo, idade e altura), o equilíbrio entre os segmentos e a evolução de todo o histórico.

O QUE TRAZ

- Gordura, músculo, osso, água, proteína, massa apendicular, gordura visceral e taxa metabólica basal, com a referência ao lado
- Resumo do período: quanto mudou peso, gordura, músculo e visceral entre a primeira e a última avaliação
- Evolução por indicador em gráficos: cada ponto é uma avaliação e a faixa verde é o intervalo saudável

QUANDO USAR

Consulta de retorno, quando a conversa é sobre tendência e não só sobre o número de hoje.

PACIENTE

Maiara Oliveira Santos

AVALIAÇÃO

25/11/2025 09:42

IDADE

34 anos

ALTURA

165 cm

ID

1024

PESO

68,4

kg

▼ -1,2

Ref. 50-68 kg

GORDURA CORPORAL

29,8

%

▼ -1,4

Ref. 21-33 %

MASSA MUSCULAR

44,9

kg

▲ +0,8

Início 42,3 kg

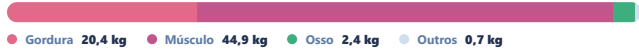
IMC

25,1

▼ -0,5

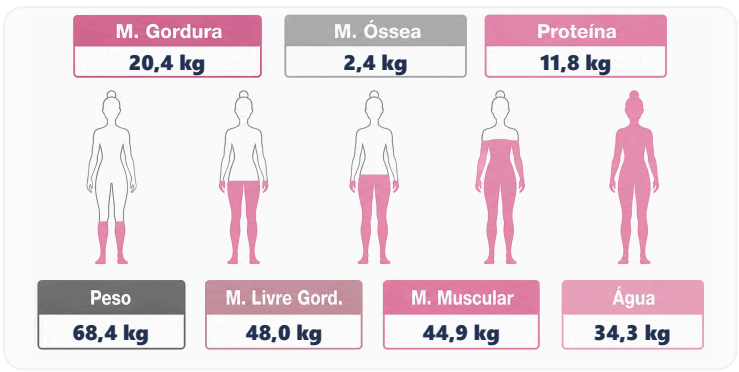
Ref. 18,5-25

COMPOSIÇÃO CORPORAL



INDICADOR	RESULTADO	REF.*
Peso	68,4 kg	50-68 kg
IMC	25,1	18,5-25
% de Gordura	29,8 %	21-33 %
Massa Adiposa	20,4 kg	-
Massa Livre de Gordura	48,0 kg • 70,2 %	-
Massa Muscular	44,9 kg	-
Massa Musc. Esquelética	25,6 kg	22,3 - 30,5 kg
Massa Óssea	2,4 kg	Média 2,40 kg
Água Corporal Total	50,2 %	45-60 %
Proteína	11,8 kg	8,2-11,3 kg
Massa Apendicular	20,0 kg	-
Índice Musc. (altura)	7,3 kg/m²	≥ 5,5
Índice Musc. (IMC)	0,796	≥ 0,512
Gordura Visceral	nível 7	≤ 9
Gordura Subcutânea	20,1 %	-
Idade Metabólica	38 anos	≤ 34 anos

INDICADORES-CHAVE



TMB • METABOLISMO BASAL



IDADE METABÓLICA



CLASSIFICAÇÃO FÍSICA



Tipo físico 5 de 9

Saudável • Massa muscular padrão

TRIAGEM DE SARCOPENIA

Adequado

7,3 kg/m² • ref. ≥ 5,5

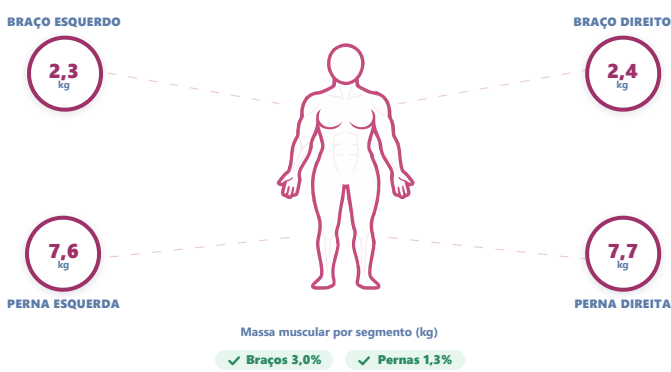
SEGMENTAR • MASSA MUSCULAR



SEGMENTAR • GORDURA



EQUILÍBRIO MUSCULAR



Massa muscular por segmento (kg)

✓ Braços 3,0%

✓ Pernas 1,3%

FORÇA DE PERNAS

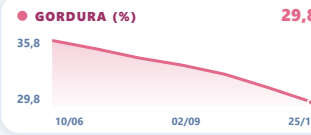
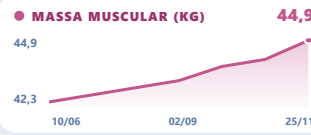


ENTENDA SUAS MEDIÇÕES



HISTÓRICO DE AVALIAÇÕES

DATA	PESO	M. MUSC.	GORD.%
25/11/2025	68,4	44,9	29,8
Inicial	76,3	42,3	35,8



*Faixas de referência: OMS (IMC) e Gallagher et al., Am J Clin Nutr 2000;72:694-701 (gordura corporal). Este relatório não substitui avaliação clínica.

PERÍODO AVALIADO

10/06 — 25/11

AVALIAÇÕES

7

INÍCIO

10/06

ATUAL

25/11

RESUMO

do período

PESO

▼ -7,9 kg

GORDURA

▼ -6,0 %

MÚSCULO

▲ +2,6 kg

G. VISCERAL

▼ -3

EVOLUÇÃO POR INDICADOR

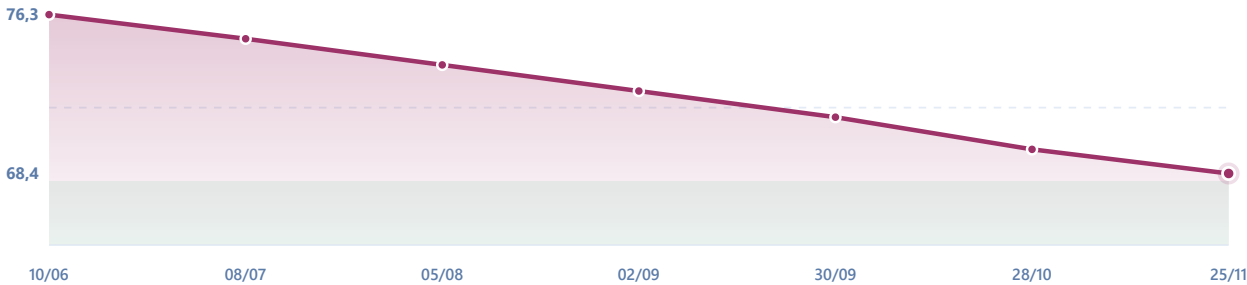
Cada ponto é uma avaliação · faixa verde = intervalo saudável

● PESO

68,4 kg

▼ -7,9 kg

! acima

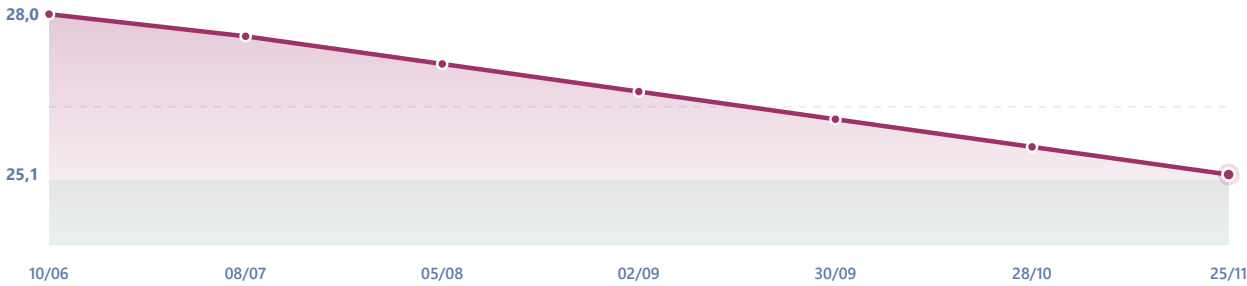


● IMC

25,1

▼ -2,9

! acima

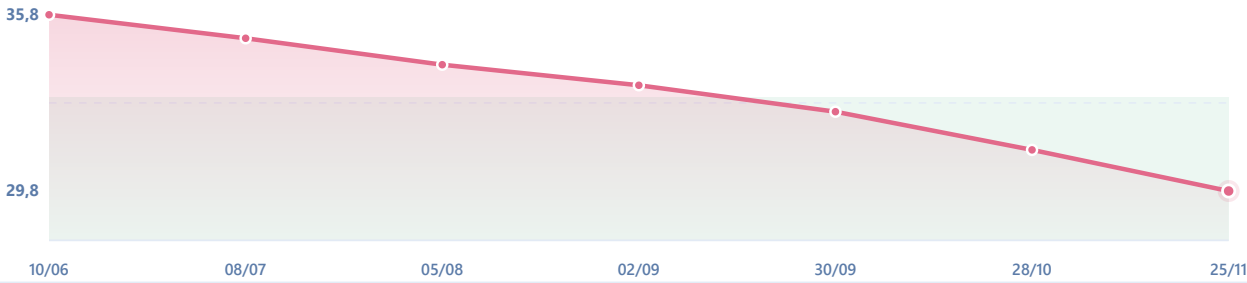


● GORDURA CORPORAL

29,8 %

▼ -6,0 %

✓ na faixa

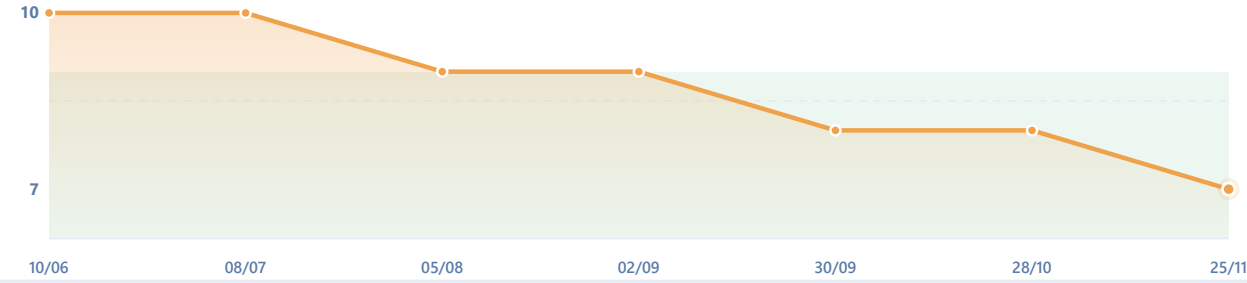


● GORDURA VISCERAL

7 nível

▼ -3 nível

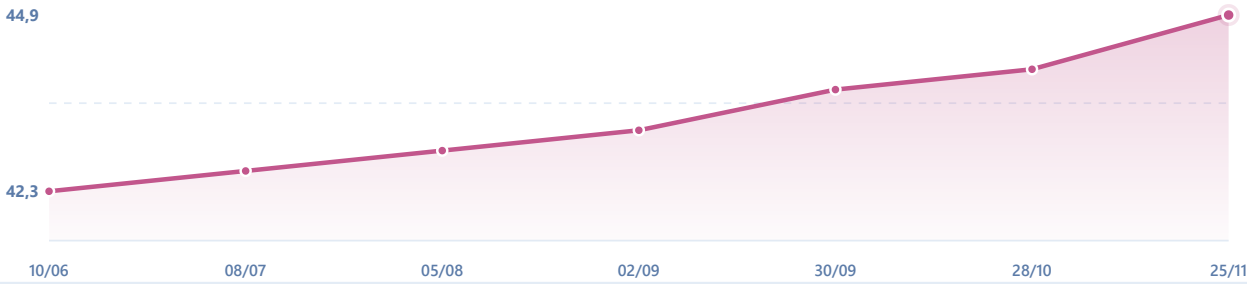
✓ na faixa



● MASSA MUSCULAR

44,9 kg

▲ +2,6 kg



continua na próxima página →

PERÍODO AVALIADO

10/06 — 25/11

AVALIAÇÕES

7

INÍCIO

10/06

ATUAL

25/11

EVOLUÇÃO POR INDICADOR

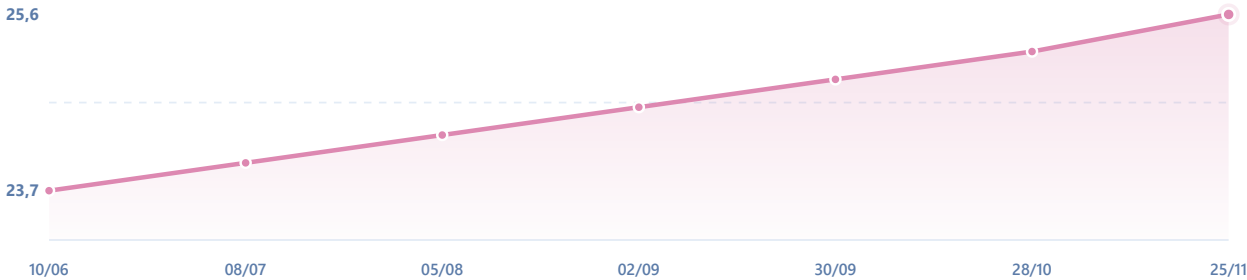
(continuação)

Cada ponto é uma avaliação · faixa verde = intervalo saudável

M. MUSC.
ESQUELÉTICA

25,6 kg

▲ +1,9 kg

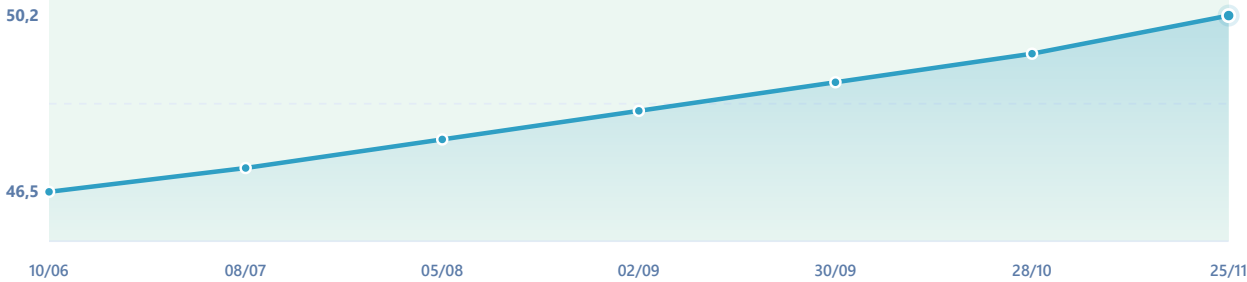


ÁGUA
CORPORAL

50,2 %

▲ +3,7 %

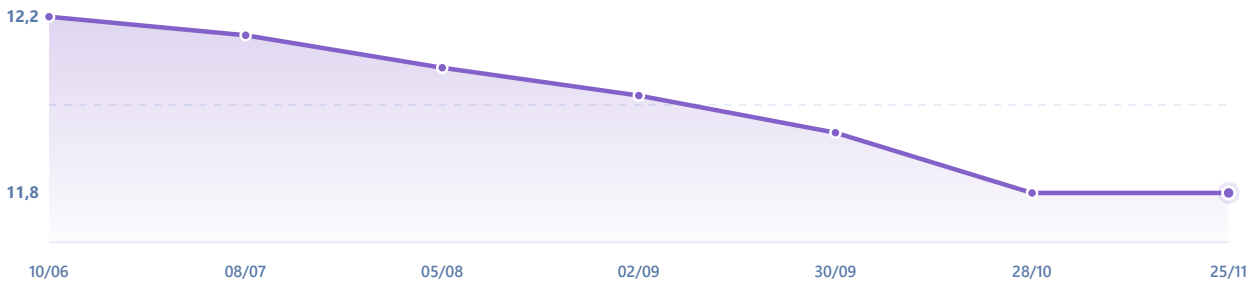
✓ na faixa



PROTEÍNA

11,8 kg

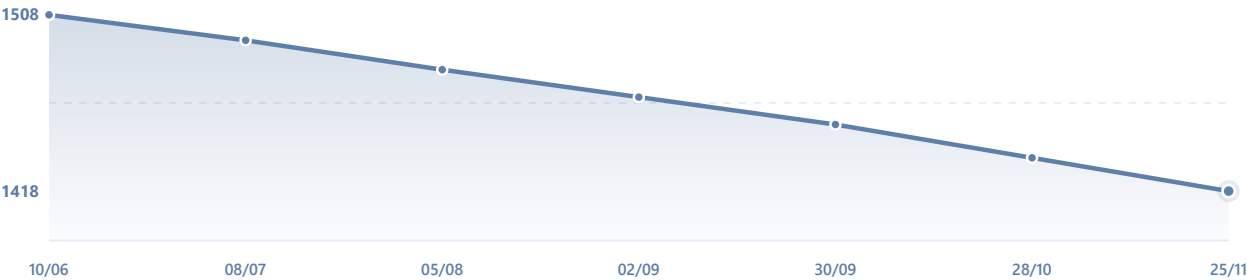
▼ -0,4 kg



TAXA
METABÓLICA
BASAL

1418 kcal

▼ -90 kcal

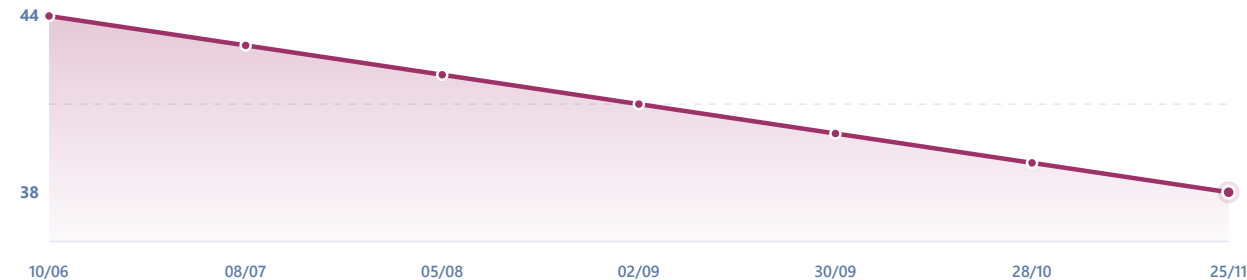


IDADE
METABÓLICA

38 anos

▼ -6 anos

idade real 34 anos



Entenda suas medições

Acompanhe sua evolução completa, seu plano alimentar e suas metas no aplicativo do paciente.

faq.evolubio.app

Faixas de referência: OMS (IMC), Gallagher et al. (gordura corporal) e diretrizes de bioimpedância. Tendências calculadas entre a primeira e a última avaliação do período. Este relatório não substitui avaliação clínica.

02

Laudo de bioimpedância · adultos

Análise Segmentar

O laudo clássico da bioimpedância segmentar: composição corporal com a coluna "Normal" e a distribuição de músculo e gordura em braços, pernas e tronco.

O QUE TRAZ

- Composição corporal com faixas por sexo, idade e altura (músculo esquelético, massa livre de gordura, proteína, osso)
- Músculo e gordura por segmento, com aviso "Conferir" quando a diferença entre os lados foge do comum
- Folha complementar com os indicadores adicionais que a balança entregar (proteína, gordura subcutânea, circunferências, equilíbrio) e a assinatura da nutricionista

QUANDO USAR

O laudo padrão de entrega ao paciente depois da pesagem.



ANÁLISE SEGMENTAR

ANÁLISE POR BIOIMPEDÂNCIA SEGMENTAR



PACIENTE
Maiera Oliveira Santos



IDADE
34 anos



ALTURA
1,65 m



PESO TOTAL
68,4 kg

COMPOSIÇÃO CORPORAL

PARÂMETRO	RESULTADO	NORMAL
Peso	68,4 kg	50,4 - 68,1 kg
Massa Muscular	44,9 kg	37,0 - 51,5 kg
Massa Musc. Esquelética	25,6 kg	22,3 - 30,5 kg
Massa Adiposa	20,4 kg	14,4 - 22,6 kg
% de Gordura	29,8 %	21,0 - 33,0 %
Massa Livre de Gordura	48,0 kg 70,2 %	39,4 - 53,9 kg
Água Corporal Total	50,2 %	45,0 - 60,0 %
Proteína	11,83 kg	8,2 - 11,3 kg
Massa Óssea	2,4 kg	Média 2,40 kg
IMC	25,1	18,5 - 24,9
Gordura Visceral	Nível 7	≤ 9 Nível
Taxa Metab. Basal	1418 kcal	—
Ingestão Diária (DCI)	—	—
Idade Metabólica	38 anos	≤ Idade Real

Músculo esquelético: 5º a 95º percentil de adultos brasileiros do mesmo sexo e idade, pela altura (Coelho-Júnior, 2024).

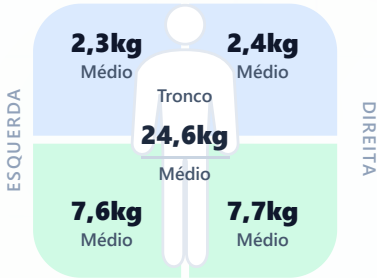
Massa óssea: média da Tanita para o sexo e o peso. Proteína: faixa da massa livre de gordura esperada para o sexo, a idade e a altura. As duas são estimadas pela balança, não medidas.

AValiação Física

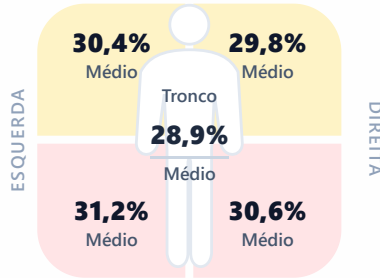


ANÁLISE SEGMENTAR

Massa magra segmentar



Gordura segmentar



Distribuição	Tronco	Braço Direito	Braço Esquerdo	Perna Direita	Perna Esquerda
Gordura Segmentar	28,9%	29,8%	30,4%	30,6%	31,2%
Massa Muscular	24,6kg	2,4kg	2,3kg	7,7kg	7,6kg



ANÁLISE COMPLEMENTAR

— INDICADORES ADICIONAIS DA BIOIMPEDÂNCIA —



PACIENTE
Maiara Oliveira Santos



IDADE
34 anos



ALTURA
1,65 m



PESO
68,4 kg

INDICADORES COMPLEMENTARES



PROTEÍNA CORPORAL
11,8 kg



GORDURA SUBCUTÂNEA
20,1%

03

Laudo de bioimpedância · adultos

Composição MC-180

Uma folha no formato que o mercado conhece do laudo da Tanita MC-180: resultado e faixa normal de cada parâmetro, do corpo inteiro e por segmento.

O QUE TRAZ

- Identificação, tipo corporal e data da medição no cabeçalho
- Peso, gordura, massa adiposa, massa livre de gordura, músculo, água, osso e visceral, cada um com a faixa normal
- Análise por segmento no mesmo padrão de leitura

QUANDO USAR

Para quem já trabalhava com o laudo impresso da balança e quer manter a leitura conhecida.

Data

25/11/2025 09:42

ID

Maiara Oliveira Santos

Idade

34

Altura

165 cm

Sexo

☒ Feminino ☐ Masculino

Tipo Corporal

☒ Normal ☐ Atlético

Corpo inteiro

EvoluBio	Resultado	Normal
Peso	68,4 kg	50,4–68,1 kg
% de Gordura	29,8 %	21,0–33,0 %
Massa Adiposa	20,4 kg	14,4–22,6 kg
Massa Livre de Gordura	48,0 kg	39,4–53,9 kg
% Massa Livre de Gordura	70,2 %	67,0–79,0 %
Massa Muscular	44,9 kg	37,0–51,5 kg
Massa Musc. Esquelética	25,6 kg	22,3–30,5 kg
Massa Apendicular	20,0 kg	
Proteína	11,8 kg	8,2–11,3 kg
Água Corporal Total	50,2 %	45,0–60,0 %
IMC	25,1	18,5–25,0
Massa Óssea	2,4 kg	Média 2,40 kg

avaliação física

% Nivel de Gordura

Obeso Oculto

Obeso

Compleição Robusta

Sedentário

Normal

Muscularidade Normal

Magro

Magro e Musculoso

Muito Musculoso

—

o

+

Massa Muscular

Triagem de sarcopenia

Adequado

Massa apendicular

20,0 kg

quatro membros somados

Índice por altura

7,34 kg/m²

corde 5,50 kg/m²

Índice por IMC

0,796

corde 0,512

Massa muscular apendicular de 20,0 kg — dentro do esperado para a altura e o tamanho corporal.

Rastreio, não diagnóstico. Cortes: EWGSOP2 2019 (+ altura²) e FNIH Sarcopenia Project (+ IMC); o consenso exige ainda força de preensão e velocidade de marcha.

Água Corporal (TBW)

34,3 kg

do peso corporal

50,2 %

Faixa de referência para o sexo: 45,0–60,0 %

Gordura Visceral

7

13

Taxa metabólica basal

1418 kcal

Ingestão diária (DCI)

— kcal

Idade metabólica

38 anos

real 34

Análise Segmentar

Massa muscular

Tronco

24,6kg

0

Braço esquerdo

2,3kg

0

Braço direito

2,4kg

0

Perna esquerda

7,6kg

0

Perna direita

7,7kg

+1

+4 - +2 Alto

+1 - -1 Médio

-2 - -4 Baixo

Gordura

Tronco

28,9%

-1

Braço esquerdo

30,4%

0

Braço direito

29,8%

0

Perna esquerda

31,2%

-1

Perna direita

30,6%

-1

+4 - +2 Alto

+1 - -1 Médio

-2 - -4 Baixo

Equilíbrio de massa muscular

Braço esquerdo

2,3 kg

Braço direito

2,4 kg

Perna esquerda

7,6 kg

Perna direita

7,7 kg

Braços: equilibrado · Pernas: equilibrado

Escala gordura corporal em adultos standard^{1 2}

Feminino

20 – 39

40 – 59

60 – 79

Masculino

20 – 39

40 – 59

60 – 79

Abaixo de peso

Saudável

Acima de peso

Obeso

¹ Based on NIH/WHO BMI Guidelines. ² Gallagher, et al, Am J Clin Nut 2000; 72:694-701. To determine the percentage of body fat that is appropriate for your body, consult your physician.

EvoluBio · evolubio.app

04

Laudo de bioimpedância · adultos

Relatório Evolução

A evolução das medições por bioimpedância ao longo do acompanhamento, em gráficos e em tabela.

O QUE TRAZ

- Gráficos de peso, massa muscular e gordura corporal
- Histórico das avaliações lado a lado, com a diferença entre a primeira e a última
- Segunda folha com percentual de gordura, gordura visceral, IMC e água corporal por data

QUANDO USAR

Fechamento de um ciclo de acompanhamento ou prestação de contas do progresso.



RELATÓRIO EVOLUÇÃO

EVOLUÇÃO DAS MEDIÇÕES POR BIOIMPEDÂNCIA



PACIENTE
Maiaara Oliveira Santos



IDADE
34 anos



ALTURA
1,65 m

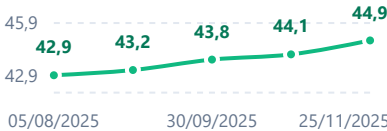


PESO TOTAL
68,4 kg

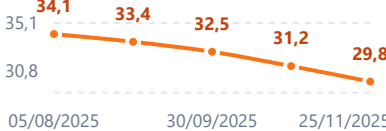
PESO TOTAL (KG)



MASSA MUSCULAR (KG)



GORDURA CORPORAL (%)



HISTÓRICO DE MEDIÇÕES BIOIMPEDÂNCIA

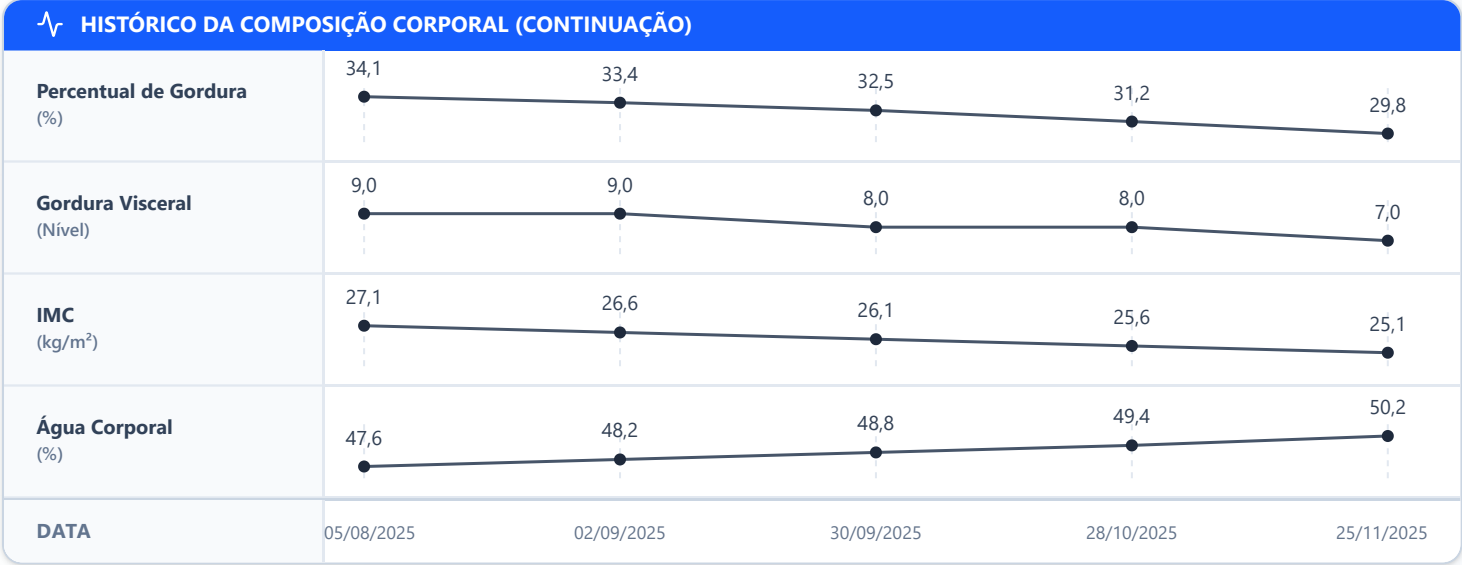
PARÂMETRO	05/08/2025	02/09/2025	30/09/2025	28/10/2025	25/11/2025	EVOLUÇÃO
Peso Total (kg)	73,8	72,5 ↘	71,2 ↘	69,6 ↘	68,4 ↘	↘ -5,4
Massa Muscular (kg)	42,9	43,2 ↗	43,8 ↗	44,1 ↗	44,9 ↗	↗ +2,0
Massa Muscular Esq. (kg)	24,3	24,6 ↗	24,9 ↗	25,2 ↗	25,6 ↗	↗ +1,3
% de Gordura	34,1%	33,4% ↘	32,5% ↘	31,2% ↘	29,8% ↘	↘ -4,3%
Massa Adiposa (kg)	25,2	24,2 ↘	23,1 ↘	21,7 ↘	20,4 ↘	↘ -4,8
Gordura Visceral (Nível)	9	9	8 ↘	8	7 ↘	↘ -2,0
IMC	27,1	26,6 ↘	26,1 ↘	25,6 ↘	25,1 ↘	↘ -2,0
Água Corporal (%)	47,6%	48,2% ↗	48,8% ↗	49,4% ↗	50,2% ↗	↗ +2,6%
Proteína Corporal (kg)	12,1	12 ↘	12 ↘	11,8 ↘	11,8	↘ -0,3

EXCELENTE PROGRESSO

O paciente apresentou redução consistente na massa adiposa (-4,8kg) mantendo e aumentando a massa muscular (+2,0kg) ao longo do período analisado.

HISTÓRICO DA COMPOSIÇÃO CORPORAL

Peso (kg)	73,8	72,5	71,2	69,6	68,4
Massa Muscular (kg)	42,9	43,2	43,8	44,1	44,9
Massa Muscular Esquelética (kg)	24,3	24,6	24,9	25,2	25,6
Massa Adiposa (kg)	25,2	24,2	23,1	21,7	20,4
DATA	05/08/2025	02/09/2025	30/09/2025	28/10/2025	25/11/2025



Insights da Evolução Nutricional

REDUÇÃO DE PESO

Peso reduziu de 73,8 kg para 68,4 kg (-5,4 kg, -7,3%). Boa evolução em relação ao controle de peso.

GANHO DE MASSA MUSCULAR

Massa muscular aumentou de 42,9 kg para 44,9 kg (+2,0 kg, +4,7%). Excelente evolução!

GANHO DE MASSA MUSCULAR ESQUELÉTICA

Massa muscular esquelética aumentou de 24,3 kg para 25,6 kg (+1,3 kg, +5,3%). Excelente resposta ao treinamento!

REDUÇÃO DE MASSA ADIPOSITA

Massa adiposa reduziu de 25,2 kg para 20,4 kg (-4,8 kg, -19,0%). Excelente evolução na composição corporal!

EXCELENTE REDUÇÃO

Percentual de gordura reduziu 4,3% (de 34,1% para 29,8%). Ótimo progresso na composição corporal.

EXCELENTE REDUÇÃO

Gordura visceral reduziu 2 níveis (de 9 para 7). Redução significativa de riscos cardiovasculares e metabólicos.

ÓTIMA REDUÇÃO

IMC reduziu 2,0 pontos (de 27,1 para 25,1). Categoria atual: Sobrepeso.

EXCELENTE MELHORA

Água corporal aumentou 2,6% (de 47,6% para 50,2%). Indica melhora na hidratação e/ou ganho de massa magra.

05

Avaliação física · adultos

Relatório Antropométrico

A avaliação física pelas medidas que a nutricionista toma no consultório: circunferências e dobras cutâneas, com faixas por sexo e idade.

O QUE TRAZ

- Circunferências (peitoral, cintura, abdômen, quadril, coxa, braço relaxado e contraído)
- Dobras cutâneas pelo protocolo escolhido (por exemplo 3 pregas de Jackson & Pollock), razão cintura-quadril e áreas muscular e gordurosa do braço
- Segunda folha comparando as avaliações, com a diferença total do período

QUANDO USAR

Quando a avaliação não depende da balança, ou complementa a bioimpedância.



AVALIAÇÃO ANTROPOMÉTRICA

AVALIAÇÃO FÍSICA

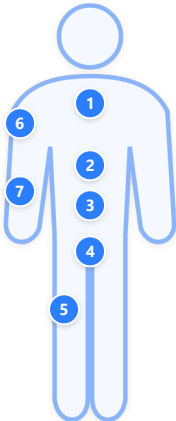
PACIENTE
Maiara Oliveira Santos

IDADE
34 anos

ALTURA
1,65 m

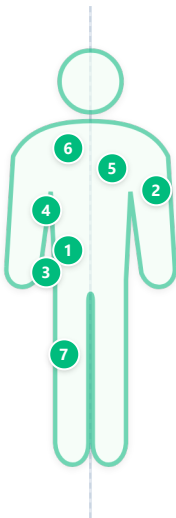
PESO TOTAL
68,4 kg

CIRCUNFERÊNCIAS (cm)



- 1 Peitoral 92,00
- 2 Cintura 78,00
- 3 Abdômen —
- 4 Quadril 100,00
- 5 Coxa direita 58,00
- 6 Braço relaxado dir. 29,00
- 7 Braço contraído dir. —

DOBRAS CUTÂNEAS (mm)



- 1 Abdominal —
- 2 Tríceps 22,00
- 3 Suprailíaca 18,00
- 4 Axilar Média —
- 5 Subescapular —
- 6 Tórax —
- 7 Coxa 30,00

RESULTADOS DA AVALIAÇÃO

INDICADOR	ATUAL	RECOMENDAÇÃO	SITUAÇÃO
IMC	25,10	18,50 - 25,00	Acima
% Massa Gorda	27,60%	21,0% - 33,0%	Adequado
% Massa Magra	72,40%	67,0% - 79,0%	Adequado
Massa Gorda	18,90 Kg	14,36 Kg - 22,57 Kg	Adequado
Massa Magra	49,50 Kg	39,43 Kg - 53,85 Kg	Adequado
Soma de dobras	70,00 mm	-	-
Razão cintura / quadril	0,78	Abaixo de 0,85	Risco baixo
AMB (Área Musc. do Braço)	38,83 cm²	-	—
AGB (Área Gord. do Braço)	28,10 cm²	-	—

Este documento é de uso exclusivo do destinatário e pode ter conteúdo confidencial. Se você não for o destinatário, qualquer uso, cópia, divulgação ou distribuição é estritamente proibido.

— COMPARATIVO DE AVALIAÇÕES —

06

Laudo de bioimpedância · adultos · em validação (beta)

Verificação de Prevenção

Leitura preventiva da pesagem: indicar riscos, avaliar e reagir. Um mapa de seis indicadores mostra de cara o que está fora da faixa.

O QUE TRAZ

- Mapa de prevenção: gordura, visceral, IMC, músculo, sarcopenia e água, com o que saiu da faixa
- Composição corporal, idade metabólica, taxa metabólica basal e ingestão diária informada pela balança
- Distribuição e assimetria por segmento e o progresso da massa adiposa de cada segmento ao longo das pesagens

QUANDO USAR

Em validação: hoje aparece só para o administrador, com selo BETA, até ser liberado para as nutricionistas.

MEDIDAS EM

25/11/2025 às 09:42

BALANÇA

—

PESO

68,4 kg

ALTURA

165 cm

IMC

25,1



MAPA DE PREVENÇÃO

1 de 6 indicadores fora da faixa: imc.

GORDURA

VISCERAL

IMC

MÚSCULO

SARCOPENIA

ÁGUA



COMPOSIÇÃO CORPORAL

MASSA ADIPOSA

20,4 kg

29,8 %

MASSA NÃO ADIPOSA

48,0 kg

70,2 %

MASSA MUSCULAR

44,9 kg

65,6 % do peso

MÚSCULO ESQUELÉTICO

25,6 kg

37,4 % do peso

ÁGUA CORPORAL

34,3 kg

50,2 %

MASSA ÓSSEA

2,4 kg

3,5 % do peso · média 2,40 kg

GORDURA VISCERAL

7 nível

Saudável

IDADE METABÓLICA

38 anos

real: 34 anos



DISTRIBUIÇÃO DE MASSA

Adiposa 29,8 %

Muscular 65,6 %

Outra 4,6 %

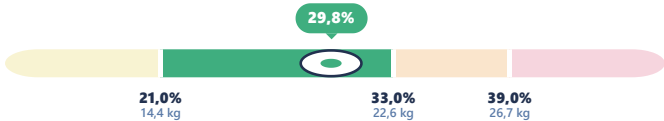


GORDURA CORPORAL

BOM

29,8 %

Faixa saudável 21 a 33 %



Dentro da faixa saudável para mulher de 34 anos (21 a 33 %).

Parte do peso que é gordura, estimada por bioimpedância.

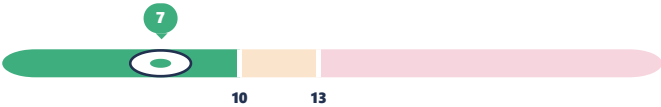


GORDURA VISCERAL

BOM

7 nível

Esperado até 9



Até 9 é o esperado. A gordura em volta dos órgãos está controlada.

Gordura ao redor dos órgãos do abdome, em níveis de 1 a 59.



IMC

EXCESSO DE PESO

25,1 kg/m²

Saudável 18,5 a 25



A faixa saudável para 165 cm vai até 68,1 kg, 0,3 kg abaixo do peso atual.

Peso dividido pela altura ao quadrado. Não separa gordura de músculo.



MASSA MUSCULAR

BOM

44,9 kg

Esperado 37,0 a 51,5 kg



Dentro do esperado para o sexo, a idade e a altura (37,0 a 51,5 kg).

Músculo estimado, com a água que ele contém.



ÍNDICE SARCOPÊNICO

BOM

7,34 kg/m²

Corte EWGSOP2 5,5 · apendicular 20,0 kg



Massa apendicular com folga acima do corte (5,5 kg/m²).

Músculo dos braços e das pernas em relação à altura.

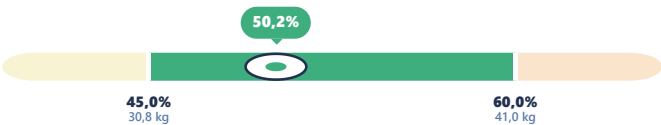


ÁGUA CORPORAL

BOM

50,2 %

Esperado 45 a 60 %



Dentro de 45 a 60 %, o esperado para mulher.

Toda a água do corpo, dentro e fora das células.

MEDIDAS EM

25/11/2025 às 09:42

BALANÇA

—

PESO

68,4 kg

ALTURA

165 cm

IMC

25,1

38

IDADE METABÓLICA

4 anos acima da real

Idade real: 34 anos

1418

TAXA METABÓLICA BASAL

kcal

= 5933 kJ · o que o corpo gasta em repouso

—

INGESTÃO CALÓRICA DIÁRIA

kcal

Não informada pela balança

DISTRIBUIÇÃO POR SEGMENTO

gordura

músculo

TRONCO

28,9 %

24,6 kg

BRAÇO ESQUERDO

30,4 %

2,3 kg

BRAÇO DIREITO

29,8 %

2,4 kg

PERNA ESQUERDA

31,2 %

7,6 kg

PERNA DIREITA

30,6 %

7,7 kg

ASSIMETRIA · BRAÇOS

2,9 %

equilibrado

ASSIMETRIA · PERNAS

1,3 %

equilibrado

MASSA POR SEGMENTO

gordura em %: a balança não mede o quilo por segmento

MASSA	TRONCO	BRAÇO DIR.	BRAÇO ESQ.	PERNA DIR.	PERNA ESQ.	TOTAL
Adiposa	28,9 %	29,8 %	30,4 %	30,6 %	31,2 %	29,8 %
Muscular	24,6 kg	2,4 kg	2,3 kg	7,7 kg	7,6 kg	44,6 kg

O total adiposo é o percentual de gordura do corpo inteiro.

DISTRIBUIÇÃO SIMÉTRICA

quanto de cada segmento é gordura e quanto não é

SEGMENTO	GORDURA	NÃO ADIPOSA	MÚSCULO
Corpo inteiro	29,8 %	70,2 %	44,9 kg
Tronco	28,9 %	71,1 %	24,6 kg
Braço direito	29,8 %	70,2 %	2,4 kg
Braço esquerdo	30,4 %	69,6 %	2,3 kg
Perna direita	30,6 %	69,4 %	7,7 kg
Perna esquerda	31,2 %	68,8 %	7,6 kg

COMPOSIÇÃO DE CADA SEGMENTO

gordura × não adiposa, em % do segmento

29%

TRONCO

24,6 kg

30%

BRAÇO DIR.

2,4 kg

30%

BRAÇO ESQ.

2,3 kg

31%

PERNA DIR.

7,7 kg

31%

PERNA ESQ.

7,6 kg

EQUILÍBRIO MUSCULAR

esquerda × direita, em kg

BRAÇOS

2,3 KG · 2,4 KG

Esq.

Dir.

PERNAS

7,6 KG · 7,7 KG

Esq.

Dir.

REAGIR PREVENTIVAMENTE

1

IMC · Excesso de peso. A faixa saudável para 165 cm vai até 68,1 kg, 0,3 kg abaixo do peso atual.

1 prioridade, da mais urgente à menos

Gordura por segmento em percentual; esta balança não mede a massa de cada segmento. Assimetria = diferença entre os lados sobre o maior; até 10 % é a variação esperada. Rastreo: não substitui avaliação clínica.

VERIFICAÇÃO DE PREVENÇÃO · METABOLISMO E SEGMENTAR

Wellington Gonçalves · CRN-9 12345 · Página 2 de 3 · © 2026 EvoluBio Analytics

MEDIDAS EM

25/11/2025 às 09:42

BALANÇA

-

PESO

68,4 kg

ALTURA

165 cm

IMC

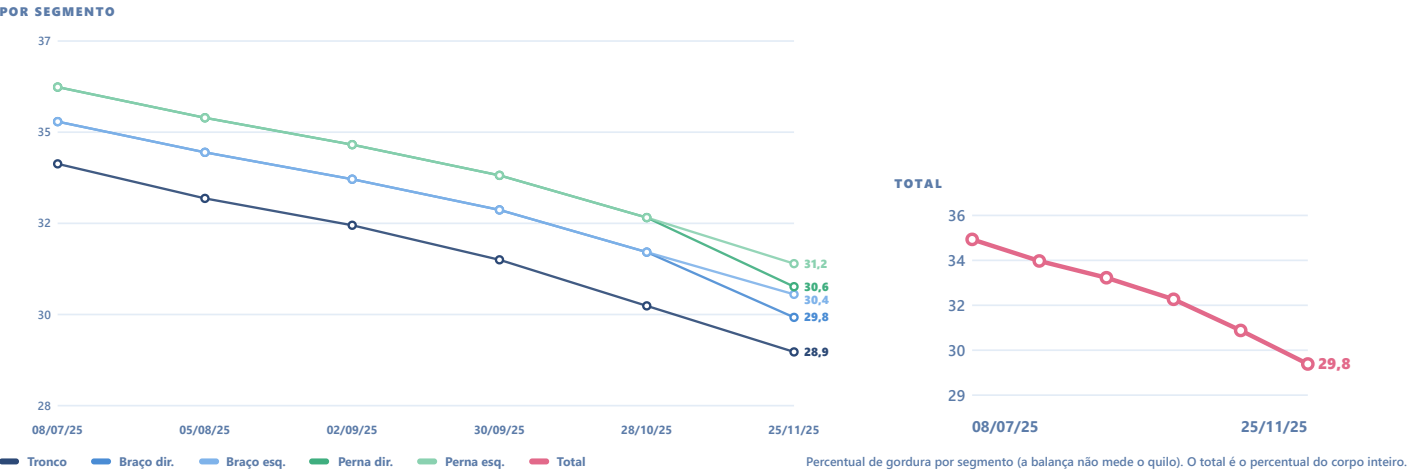
25,1

%

PROGRESSO DA MASSA ADIPOSITA

6 pesagens - da mais antiga à mais recente

DATA	TRONCO	BRAÇO DIR.	BRAÇO ESQ.	PERNA DIR.	PERNA ESQ.	TOTAL
08/07/2025	33,8 %	34,9 %	34,9 %	35,8 %	35,8 %	35,0 %
05/08/2025	32,9 %	34,1 %	34,1 %	35,0 %	35,0 %	34,1 %
02/09/2025	32,2 %	33,4 %	33,4 %	34,3 %	34,3 %	33,4 %
30/09/2025	31,3 %	32,6 %	32,6 %	33,5 %	33,5 %	32,5 %
28/10/2025	30,1 %	31,5 %	31,5 %	32,4 %	32,4 %	31,2 %
25/11/2025	28,9 %	29,8 %	30,4 %	30,6 %	31,2 %	29,8 %

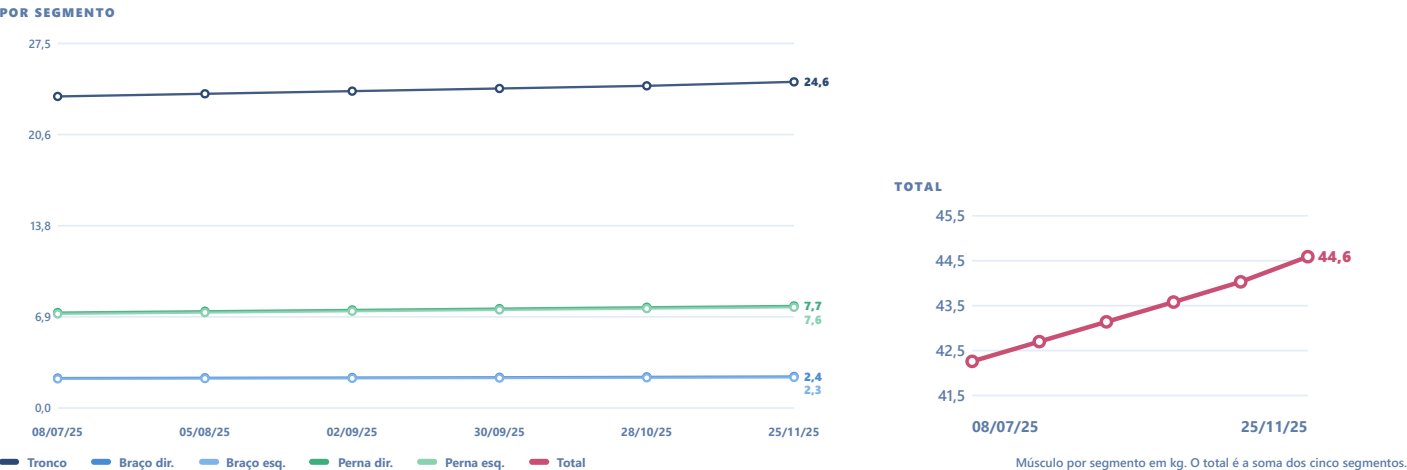


%

PROGRESSO DA MASSA MUSCULAR

6 pesagens - da mais antiga à mais recente

DATA	TRONCO	BRAÇO DIR.	BRAÇO ESQ.	PERNA DIR.	PERNA ESQ.	TOTAL
08/07/2025	23,5 kg	2,3 kg	2,2 kg	7,2 kg	7,1 kg	42,3 kg
05/08/2025	23,7 kg	2,3 kg	2,2 kg	7,3 kg	7,2 kg	42,7 kg
02/09/2025	23,9 kg	2,3 kg	2,2 kg	7,4 kg	7,3 kg	43,1 kg
30/09/2025	24,1 kg	2,3 kg	2,3 kg	7,5 kg	7,4 kg	43,6 kg
28/10/2025	24,3 kg	2,4 kg	2,3 kg	7,6 kg	7,5 kg	44,0 kg
25/11/2025	24,6 kg	2,4 kg	2,3 kg	7,7 kg	7,6 kg	44,6 kg



Entram só pesagens com análise segmentar dos cinco segmentos. Datas em intervalos iguais, não em escala de tempo. Rastreo: não substitui avaliação clínica.

07

Laudo de bioimpedância · 5 a 19 anos

Avaliação Infantojuvenil

O único laudo oferecido para menores de 18 anos, porque as referências de adulto não valem para quem ainda cresce.

O QUE TRAZ

- IMC-para-idade da OMS (2007), com a faixa adequada daquela idade e sexo
- Gordura corporal com a classificação da faixa pediátrica
- Explica ao responsável por que o laudo tem menos indicadores que o de adulto

QUANDO USAR

Crianças e adolescentes. A plataforma esconde os laudos adultos para essa faixa.

AVALIAÇÃO INFANTOJUVENIL · COMPOSIÇÃO CORPORAL

Ruan Guilherme Cavalcante

16 anos 179 cm Avaliação: 2026-08-31

PESO

110,0 kg

IMC

34,3

adequado: 16,7–23,8 kg/m²

GORDURA CORPORAL

29,8 %

Obesidade score-z +2,9 · percentil 99,8

Classificação de **IMC-para-idade da OMS** (2007), específica para 16 anos e para o sexo do paciente. Nesta idade a faixa adequada vai de **16,7 a 23,8 kg/m²** — os cortes do adulto (18,5–25) não se aplicam a quem ainda cresce.

Por que este laudo tem menos indicadores

A bioimpedância disponibiliza **peso, percentual de gordura e o indicador de faixa de saúde** a partir dos 5 anos. Já **massa muscular, massa óssea, água corporal, gordura visceral, taxa metabólica basal, idade metabólica, classificação física e análise segmentar** são medidas validadas pelo fabricante **apenas a partir dos 18 anos** — a balança não as calcula nesta faixa etária.

A ausência desses valores é um limite do equipamento, não uma falha da avaliação. Por isso este laudo mostra apenas o que foi de fato medido.

Evolução

DATA	PESO (KG)	IMC	GORDURA (%)
2026-05-04	106,4	33,2	30,6
2026-06-15	108,2	33,8	30,2
2026-07-20	109,1	34,1	30,0
2026-08-31	110,0	34,3	29,8

Referência: WHO Growth reference 5–19 years, IMC-para-idade (2007). Rastreo nutricional — não substitui avaliação clínica. Em crianças e adolescentes a interpretação deve considerar estágio puberal e curva de crescimento individual.

08

Anexo opcional · última folha de qualquer laudo adulto

Entendendo os seus resultados

Guia de leitura para o paciente: as réguas usadas no laudo e a posição dele em cada uma, em linguagem simples.

O QUE TRAZ

- IMC (OMS), gordura corporal, músculo esquelético, gordura visceral, água corporal e idade metabólica
- Cada régua com as faixas nomeadas e a marca "você"
- Mesmas referências do laudo, então os dois nunca discordam

QUANDO USAR

Marcar a opção na hora de gerar o laudo. Não vai para menores de 18 anos.

Entendendo os seus resultados

As referências usadas neste relatório e onde você está em cada uma delas.

COMO LER
VOCÊ sua posição na régua

PACIENTE
Maiara Oliveira Santos

SEXO
Feminino

IDADE
34 anos

ALTURA
1,65 m

AValiação
25/11/2025



ÍNDICE DE MASSA CORPORAL

OMS

25,1 kg/m²

SOBREPESO



Abaixo do peso	< 18,5	Normal	18,5 - 24,9	Sobrepeso	25,0 - 29,9
Obesidade I	30,0 - 34,9	Obesidade II	35,0 - 39,9	Obesidade III	≥ 40,0

Seu IMC é 25,1, na faixa sobrepeso. É o peso dividido pela altura ao quadrado. Não separa gordura de músculo: por isso o relatório mostra também a composição do corpo.



GORDURA CORPORAL

GALLAGHER ET AL., 2000

29,8 %

NORMAL



IDADE	BAIXO	NORMAL	ALTO	MUITO ALTO
20 a 39	< 21,0	21,0 - 33,0	33,1 - 38,9	≥ 39,0
40 a 59	< 23,0	23,0 - 34,0	34,1 - 39,9	≥ 40,0
60 a 79	< 24,0	24,0 - 36,0	36,1 - 41,9	≥ 42,0

Seu percentual é 29,8%, normal para mulheres de 20 a 39 anos. É a parte do peso que é gordura. A faixa saudável muda com o sexo e a idade.



MÚSCULO ESQUELÉTICO

COELHO-JÚNIOR ET AL., 2024

25,6 kg

NORMAL



IDADE	NORMAL	IDADE	NORMAL
18 a 29	22,1 - 30,2 kg	60 a 69	22,6 - 29,9 kg
30 a 39	22,3 - 30,5 kg	70 a 79	22,3 - 31,3 kg
40 a 49	22,6 - 30,5 kg	80 ou mais	22,1 - 29,9 kg
50 a 59	22,6 - 30,2 kg		

Seu músculo esquelético é 25,6 kg, normal para mulheres de 30 a 39 anos com a sua altura. É o músculo que move o corpo. A faixa vem de 18.625 adultos brasileiros do mesmo sexo e idade, ajustada para a sua altura.



GORDURA VISCERAL

NÍVEL DA BALANÇA

7

SAUDÁVEL



1 a 9
SAUDÁVEL

10 a 12
ATENÇÃO

13 ou mais
ALTO

Seu nível é 7, saudável. É a gordura entre os órgãos do abdômen, a que mais pesa para o coração. É um nível da balança, não quilos: até 9 é saudável.



ÁGUA CORPORAL TOTAL

FAIXA DAS BALANÇAS

50,2 %

NA FAIXA



SEXO	ABAIXO	NA FAIXA	ACIMA
Mulheres	< 45%	45 - 60%	> 60%
Homens	< 50%	50 - 65%	> 65%

Sua água corporal é 50,2% do peso (faixa de 45 a 60% para mulheres). Quem tem mais gordura tende a ter percentual menor, porque a gordura guarda pouca água.



IDADE METABÓLICA

CALCULADA PELA BALANÇA

38 anos

ACIMA DA IDADE



IDADE METABÓLICA
38 anos

SUA IDADE
34 anos

DIFERENÇA
+4 anos

Sua idade metabólica é 38 anos, acima da sua idade real. Compara o gasto de energia do seu corpo em repouso com a média de cada idade. Igual ou abaixo da sua idade é o desejável; ela melhora quando a gordura cai e o músculo sobe.

09

Montado em blocos · recurso do plano

Relatório personalizado

A nutricionista monta o próprio relatório escolhendo os blocos e a ordem, com o título e o logotipo dela, e salva como modelo para reutilizar.

O QUE TRAZ

- Blocos disponíveis: cabeçalho, dados do paciente, indicadores principais, composição corporal, análise músculo-gordura, histórico de medições e fotos
- Modelos salvos ("Meu Relatório") para gerar com um clique nas próximas consultas
- Mesmos dados e faixas dos laudos padrão

QUANDO USAR

Consultórios com identidade própria ou que precisam de um documento mais enxuto.

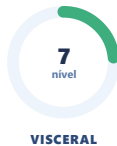
Relatório de Composição Corporal

AVALIAÇÃO TRIMESTRAL

Wellington Gonçalves
CRN-9 12345
25/11/2025 09:42

ID	NOME	ALTURA	IDADE	SEXO	DATA
1024	Maiara Oliveira Santos	165 cm	34 anos	Feminino	25/11/2025 09:42

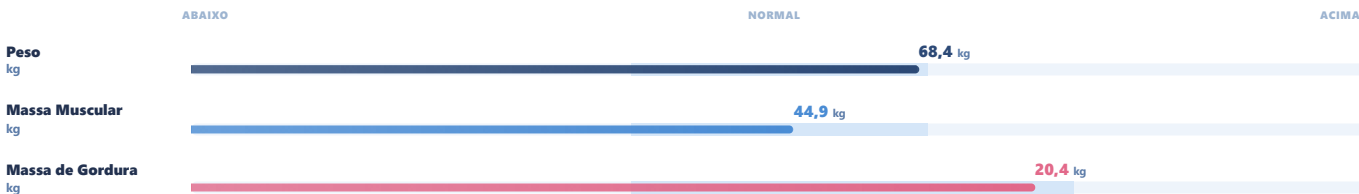
INDICADORES PRINCIPAIS



COMPOSIÇÃO CORPORAL

Água Corporal Total	34,3 kg
Proteína	11,8 kg (faixa 8,2–11,3 kg)
Minerais / M. Óssea	2,4 kg (média 2,40 kg)
Massa de Gordura	20,4 kg
Massa Livre de Gordura	48,0 kg - 70,2 %
Peso Total	68,4 kg

ANÁLISE MÚSCULO-GORDURA



HISTÓRICO DE MEDIÇÕES

Data	Peso	M. Musc.	Gord. %	Água%	Visc.
25.11.25	68,4	44,9	29,8	50,2	7,0
28.10.25	69,6	44,1	31,2	49,4	8,0
30.09.25	71,2	43,8	32,5	48,8	8,0
02.09.25	72,5	43,2	33,4	48,2	9,0
05.08.25	73,8	42,9	34,1	47,6	9,0
08.07.25	75,1	42,6	35,0	47,0	10,0
10.06.25	76,3	42,3	35,8	46,5	10,0

Outros documentos

Gerados em outras telas da plataforma, no fluxo de cada consulta. Sem exemplo neste catálogo.

Plano alimentar

O cardápio do paciente para impressão ou PDF, refeição por refeição, com as medidas caseiras e os totais do dia.

Solicitação de exames

Guia de exames com texto de introdução, base legal e colunas configuráveis; cada guia emitida fica registrada no histórico do paciente.

Orientações de preparo para a bioimpedância

PDF com o nome e o logotipo da nutricionista, enviado ao paciente antes da pesagem.

Recibo

Recibo numerado do módulo financeiro, com assinatura, para imprimir, salvar em PDF ou enviar por e-mail.

Relatório pessoal

Na conta de uso pessoal (quem comprou a balança para si e para a família), os laudos saem sem nome, CRN ou contatos de profissional, com a nota de que os números são estimativas da balança.

Canais de envio

Todo laudo sai em PDF e pode ir ao paciente por e-mail, WhatsApp ou pelo aplicativo do paciente, conforme o plano.