



Suprema Saúde
assessoria e consultoria para empresas

RELATÓRIO DA AVALIAÇÃO NUTRICIONAL

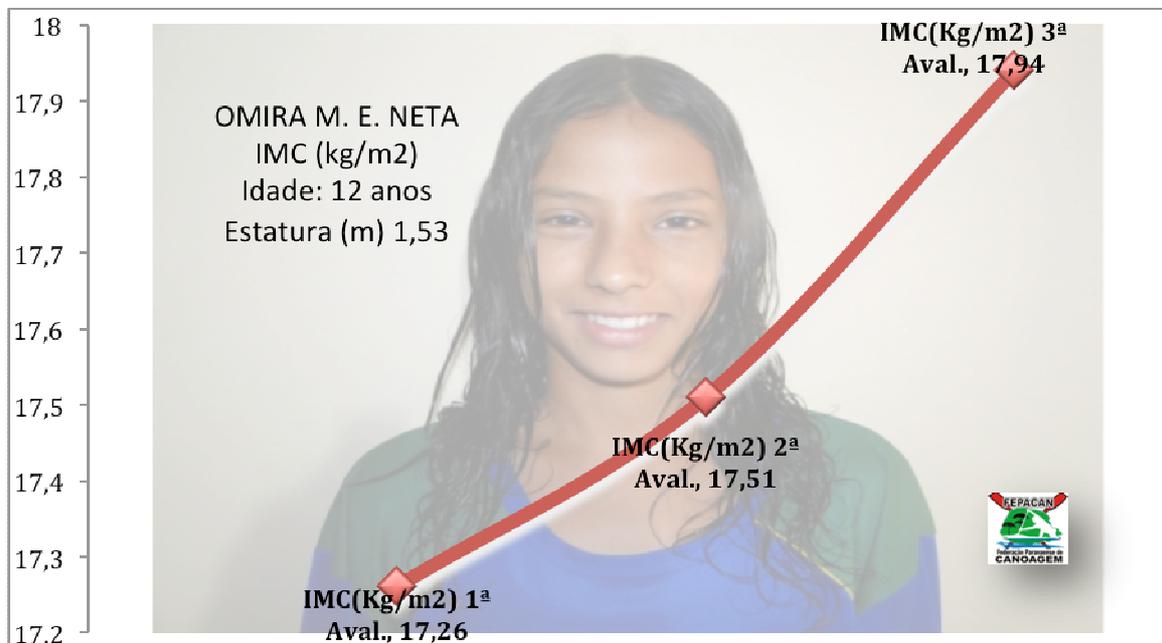
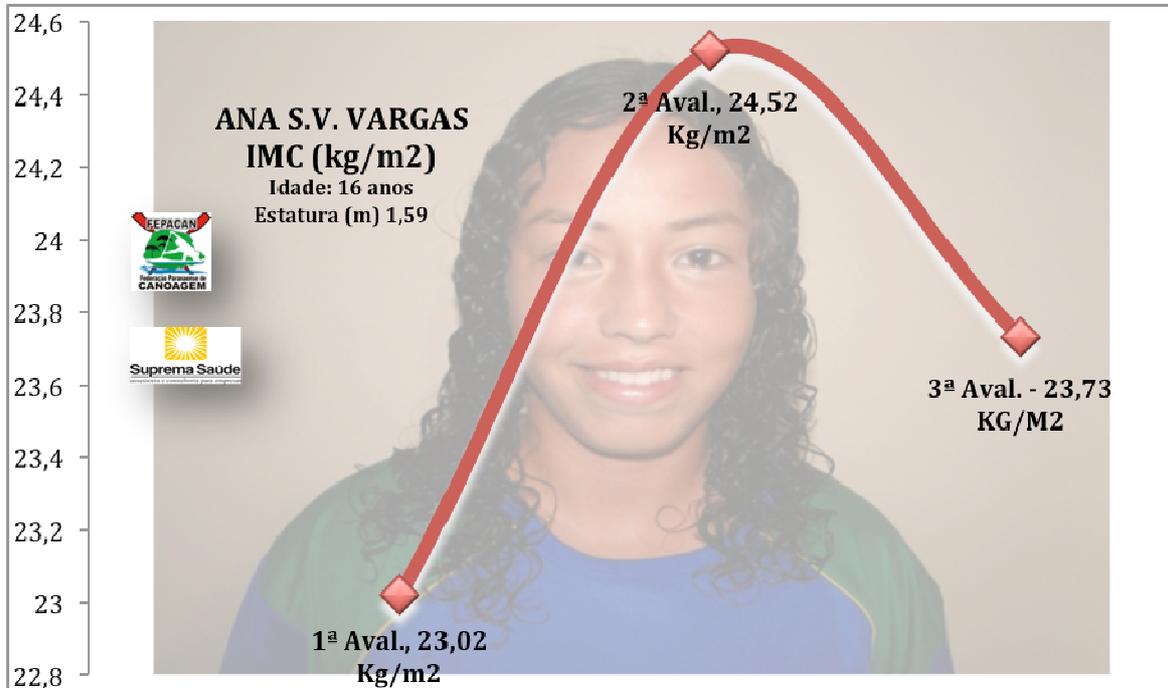
ATLETAS DA EQUIPE PERMANENTE DE CANOAGEM SLALOM

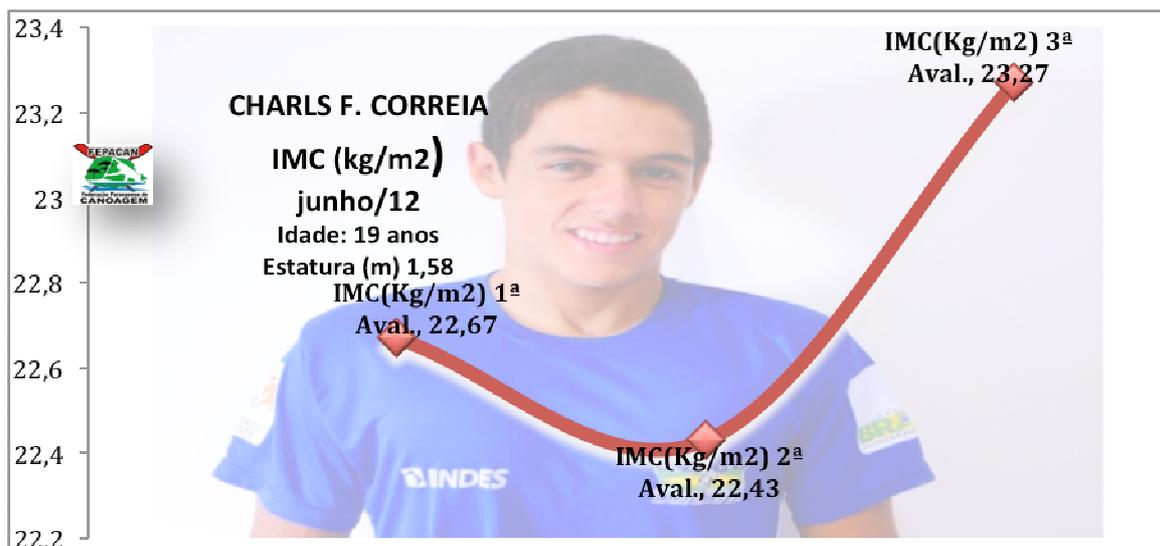
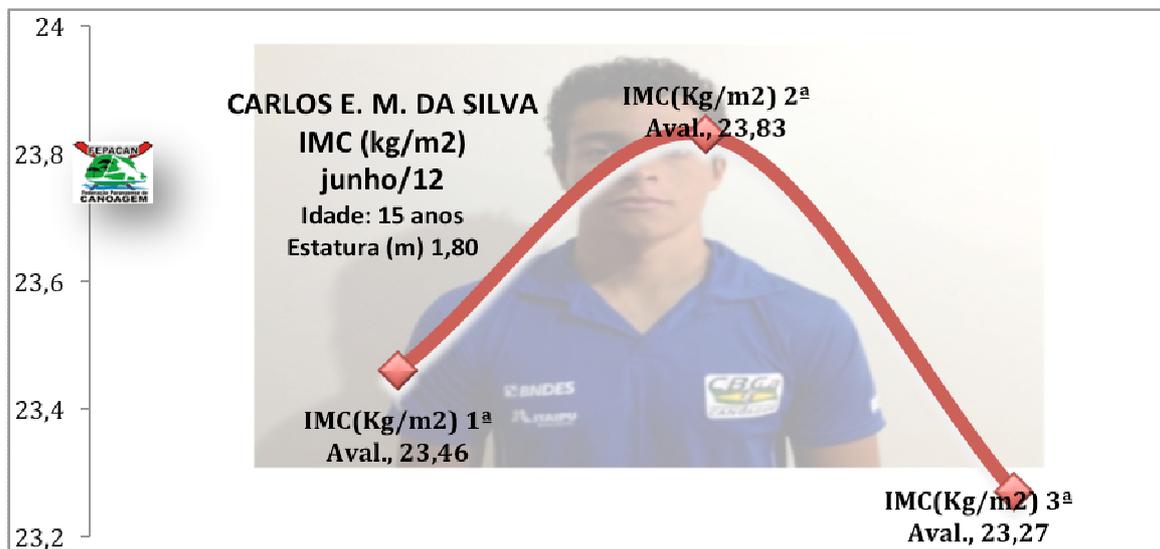
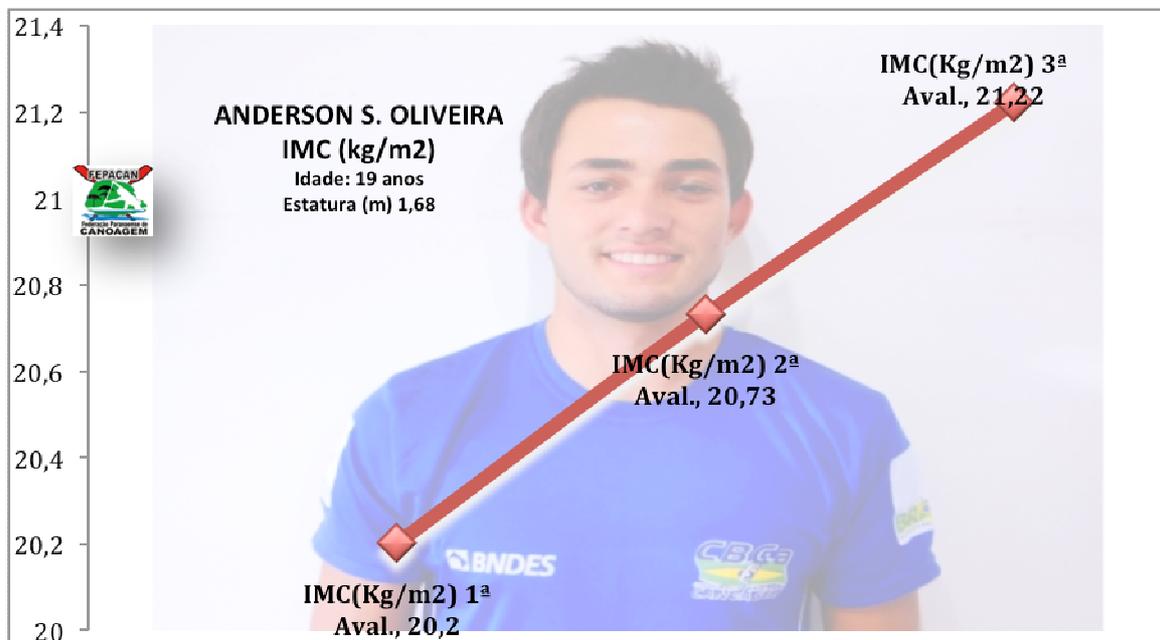
| ATLETAS | Idade (anos) | Estatura (m) | IMC (Kg/m ²) | | |
|--------------------------------|--------------|--------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| | | | 1 ^a Avaliação | 2 ^a Avaliação | 3 ^a Avaliação |
| Ana Satila Vieira Vargas | 16 | 1,59 | 23,02 | 24,52 | 23,73 |
| Omira Maria Estacia Neta | 12 | 1,53 | 17,26 | 17,51 | 17,94 |
| Anderson dos Santos Oliveira | 19 | 1,68 | 20,20 | 20,73 | 21,22 |
| Carlos Eduardo Moraes da Silva | 15 | 1,80 | 23,46 | 23,83 | 23,27 |
| Charles Fernando Correia | 19 | 1,58 | 22,67 | 22,43 | 23,27 |
| Fabio Schena Dias Rodrigues | 19 | 1,75 | 21,32 | 21,39 | 21,91 |
| Felipe Borges da Silva | 17 | 1,85 | 20,54 | 20,48 | 20,69 |
| João Victor Martins Machado | 27 | 1,83 | 24,19 | 25,05 | 24,49 |
| Leonardo Lucas Curcel | 17 | 1,77 | 22,50 | 22,66 | 22,34 |
| Maicon Henrique de Borba | 15 | 1,71 | 22,84 | 23,05 | 24,28 |
| Pedro Avansi Aversa | 16 | 1,81 | 22,13 | 22,25 | 23,87 |
| Pedro Henrique G. da Silva | 19 | 1,75 | 20,87 | 20,90 | 21,03 |
| Rafael Augusto de Souza | 18 | 1,80 | 22,04 | 22,69 | 22,47 |
| Renan Henrique Soares | 17 | 1,77 | 23,24 | 23,24 | 23,52 |
| Ricardo Martins Taques | 21 | 1,84 | 21,18 | 21,68 | 21,77 |
| Thiago Saldanha Serra | 17 | 1,81 | 21,00 | 21,49 | 21,73 |

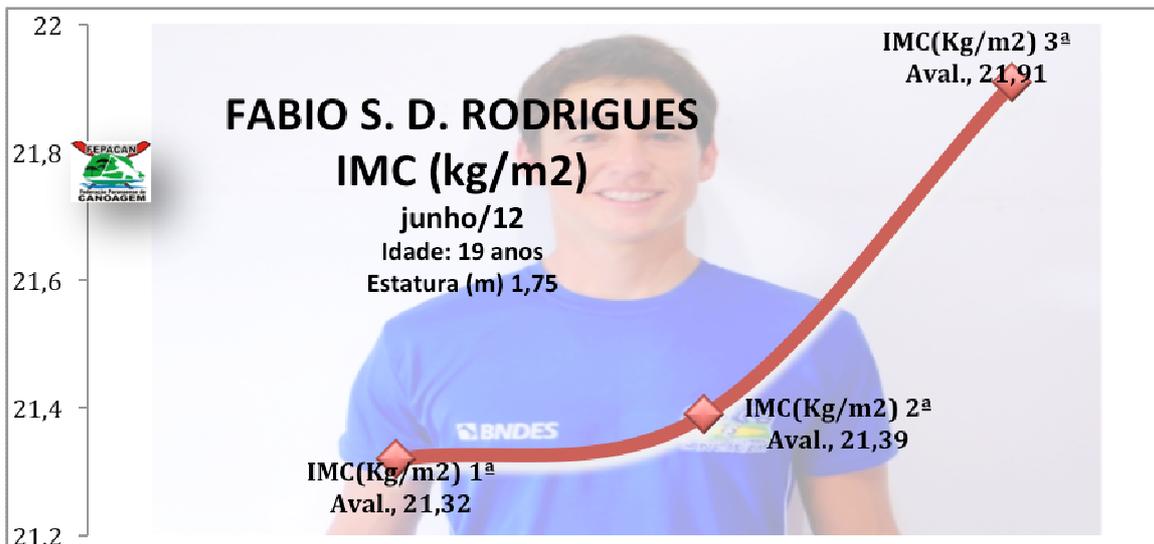


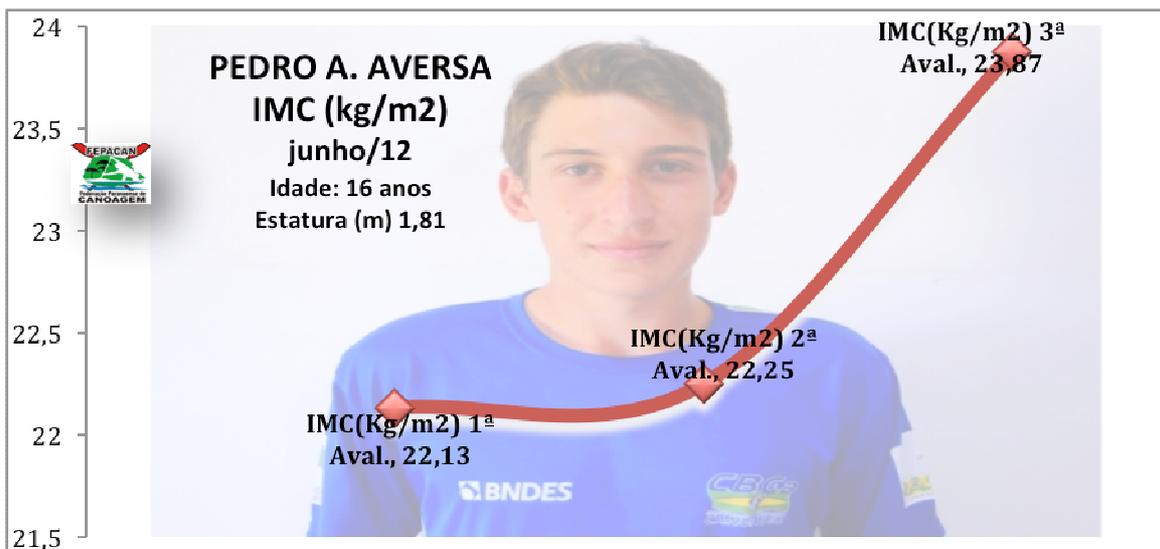
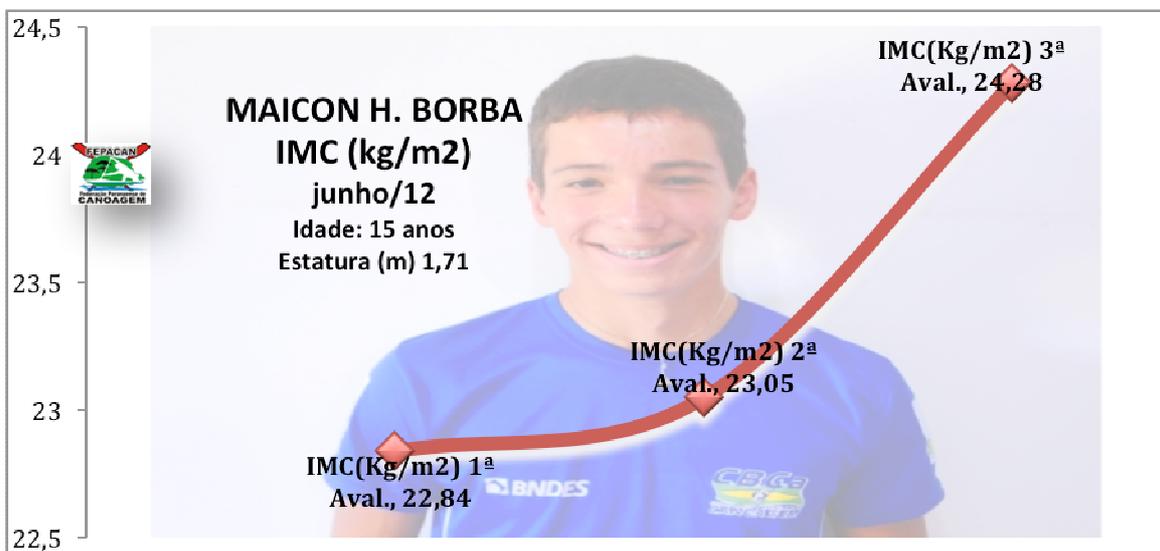
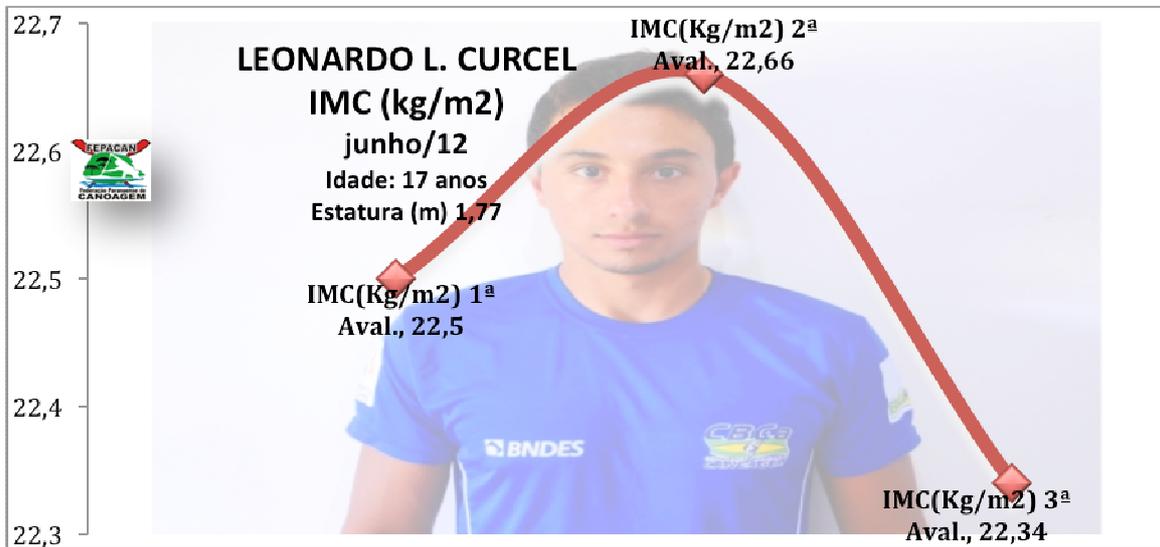
Suprema Saúde
assessoria e consultoria para empresas

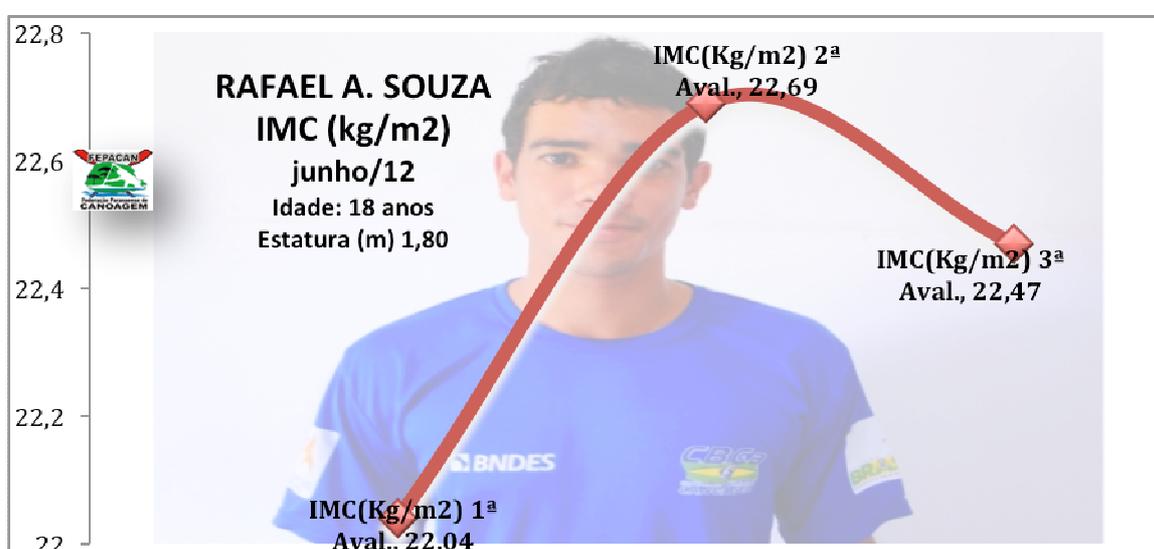
DEMONSTRATIVO EM GRÁFICOS DO IMC INDIVIDUAL















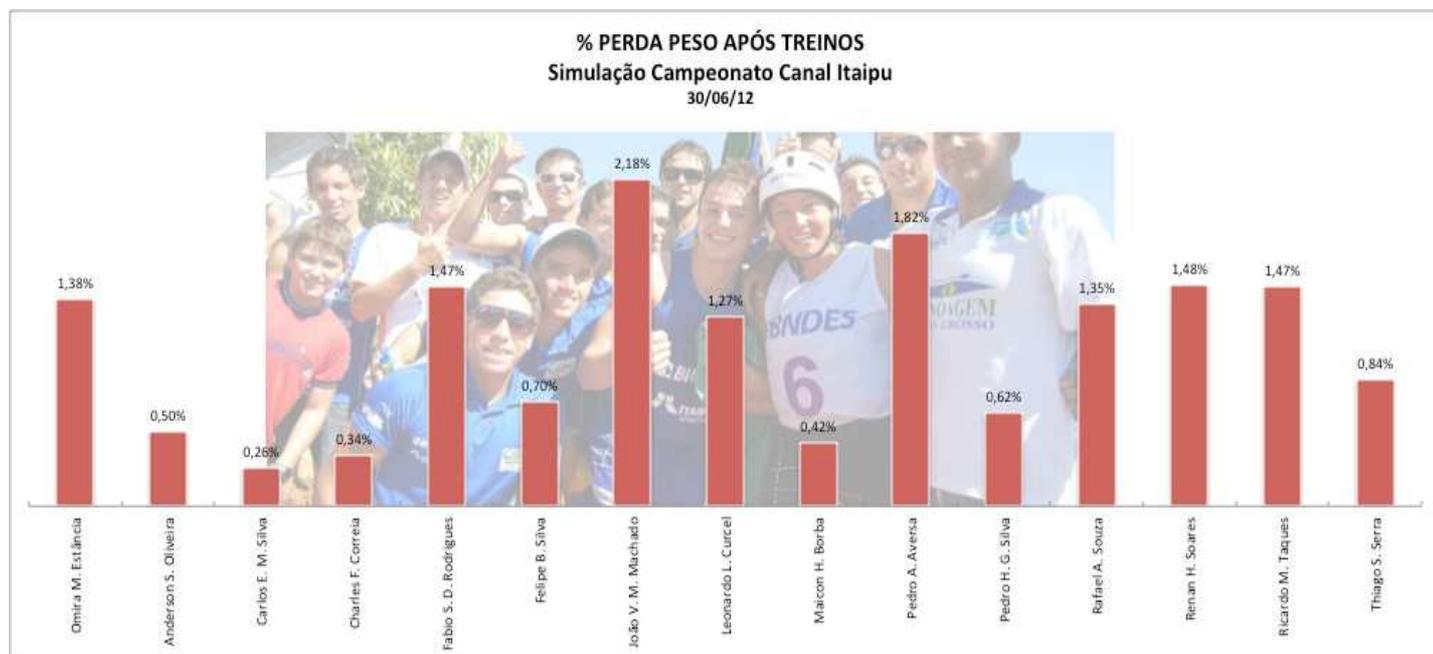
Suprema Saúde
assessoria e consultoria para empresas

RELATÓRIO DE PESAGEM DOS ATLETAS

COMPARAÇÃO ANTES E DEPOIS DOS TREINOS

| ATLETAS | Peso Inicial (kg) | Peso Pós Treino | Diferença de peso (g) | % de diferença de peso |
|--------------------------------|-------------------|-----------------|-----------------------|------------------------|
| Ana Satila Vieira Vargas | Ausente | | | |
| Omira Maria Estância | 43,60 | 43,00 | 0,600 | -1,38 |
| Anderson dos Santos Oliveira | 60,20 | 59,90 | 0,300 | -0,50 |
| Carlos Eduardo Moraes da Silva | 77,80 | 77,60 | 0,200 | -0,26 |
| Charles Fernando Correia | 58,10 | 57,90 | 0,200 | -0,34 |
| Fabio Schena Dias Rodrigues | 67,80 | 66,80 | 1,000 | -1,47 |
| Felipe Borges da Silva | 71,60 | 71,10 | 0,500 | -0,70 |
| João Victor Martins Machado | 82,70 | 80,90 | 1,800 | -2,18 |
| Leonardo Lucas Curcel | 70,90 | 69,90 | 1,000 | -1,27 |
| Maicon Henrique de Borba | 70,90 | 70,60 | 0,300 | -0,42 |
| Pedro Avansi Aversa | 77,10 | 75,70 | 1,400 | -1,82 |
| Pedro Henrique G. da Silva | 64,90 | 64,50 | 0,400 | -0,62 |
| Rafael Augusto de Souza | 74,10 | 73,10 | 1,000 | -1,35 |
| Renan Henrique Soares | 74,40 | 73,30 | 1,100 | -1,48 |
| Ricardo Martins Taques | 74,70 | 73,60 | 1,100 | -1,47 |
| Thiago Saldanha Serra | 71,60 | 71,00 | 0,600 | -0,84 |

Obs.: Pesagem realizada no dia 30/06/12 – Simulação de campeonato no Canal de Itaipu





Suprema Saúde
assessoria e consultoria para empresas

RELATÓRIO DE ATIVIDADES
DEPARTAMENTO DE NUTRIÇÃO

Atividades realizadas no período de 01 a 30 de Junho de 2012.

- Reconsulta/reavaliação dos atletas;
- Elaboração de recomendações nutricionais;
- Enviado recomendações nutricionais à atleta Ana Sátilla via e-mail;
- Repasse de orientações nutricionais individual a cada atleta;
- Elaboração de gráficos da diferença de peso dos atletas antes e após os treinos;
- Elaboração de gráficos comparativos dos IMCs das avaliações já realizadas.