

Mantenha sua saúde com o Saúde em Movimento



TABELAS DE REFERÊNCIA

Tabelas de Referências Saúde em Movimento.com.br

Com a finalidade de auxiliar os profissionais e acadêmicos em sua Avaliação Física o Saúde em Movimento disponibilizou essa revisão de literatura, com os principais protocolos e tabelas para interpretação dos testes e procedimentos realizados em sua rotina de trabalho e aprendizado.

TAXAS DA BIOQUÍMICA SANGÜÍNEA

CLASSIFICAÇÃO DA PRESSÃO ARTERIAL EM ADULTOS

CLASSIFICAÇÕES PARA O ÍNDICE DE MASSA CORPÓREA - I.M.C. em adultos

CLASSIFICAÇÃO DA RELAÇÃO ENTRE A CINTURA E O QUADRIL

CLASSIFICAÇÕES DO PERCENTUAL DE GORDURA NA COMPOSIÇÃO CORPORAL

TABELAS COM OS ÍNDICES DO CONSUMO DE OXIGÊNIO

AVALIAÇÃO DA FLEXIBILIDADE - Tabelas de testes limiares

AVALIAÇÃO DA FLEXIBILIDADE - Tabelas de testes angulares

AVALIAÇÃO DA RESISTÊNCIA MUSCULAR LOCALIZADA - Tabela do teste de abdominal

AVALIAÇÃO DA RESISTÊNCIA MUSCULAR LOCALIZADA - Tabela do teste de flexão de braço

CLASSIFICAÇÃO DA PRESSÃO ARTERIAL EM ADULTOS

PRESSÃO SISTÓLICA	PRESSÃO DIASTÓLICA	CLASSIFICAÇÃO	REAVALIAÇÕES
<130	<85	NORMAL	REAVALIAR EM 01 ANO
130 A 139	85 A 89	NORMAL - LIMÍTROFE	REAVALIAR EM 06 MESES
140 A 159	90 A 99	HIPERTENSÃO LEVE	A CADA 02 MESES
160 A 179	100 A 109	HIPERTENSÃO MODERADA	A CADA 01 MÊS
> OU = 180	> OU = 110	HIPERTENSÃO GRAVE	IMEDIATO
> OU = 140	> 90	HIPERTENSÃO SISTÓLICA	A CADA 02 MESES

Fonte: III Consenso de Hipertensão Arterial - SBC

Classificação da Pressão Arterial em Adultos maiores de 18 anos

Categoria	Pressão Sistólica (mm hg)	Pressão Diastólica (mm hg)
Ótima	< 120	< 80
Normal	120 - 129	80 - 84
Normal Alta	130 - 139	85 - 89
Hipertensão		
Estágio 1 (Leve)	140 - 159	90 - 99
Estágio 2 (Moderada)	160 - 179	100 - 109
Estágio 3 (Grave)	Maior ou igual a 180	Maior ou igual a 110

Fonte: National Institutes of Health - 1997

Classificação da Pressão Sangüínea para Adultos (Igual ou Superior 18 anos)

Sistólica (mm Hg)	Diastólica (mm Hg)	Categoria
< 130	< 85	Normal
130 - 139	85 - 89	Normal Alta
140 - 159	90 - 99	Hipertensão branda (Estágio 1)
160 - 179	100 - 119	Hipertensão moderada (Estágio 2)

180 - 209	110 - 119	Hipertensão grave (Estágio 3)
> ou = 210	> ou = 120	Hipertensão muito grave (Estágio 4)

Fonte: Joint Committe on Detection, and Treatment of High Blood Pressure - 1993

Para voltar, use o botão voltar de seu navegador.

Clique aqui para adicionar
Saúde em Movimento
à sua lista de favoritos