



# Rapport de Suivi Clinique & Nutritionnel

Généré via l'application JYL Balance — Export médical

**Patiente :** Véronique Exemple **DONNÉES FICTIVES** **Période :** 01/06 – 08/09/2026 (100 jours) **Taille :** 152 cm  
**Protocole :** Perte de poids

## SYNTHÈSE DE LA PÉRIODE

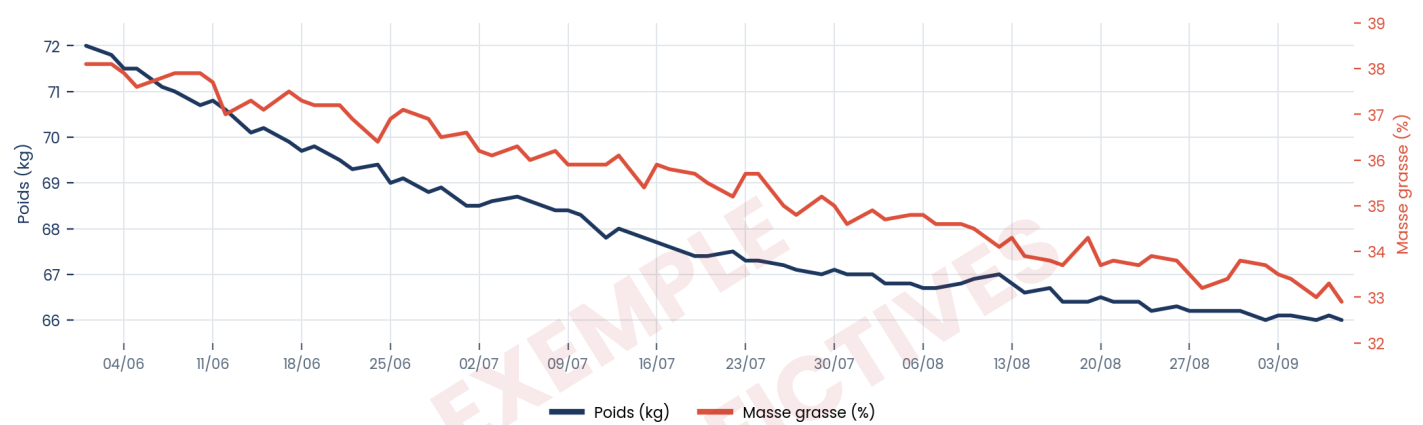
**-6,0 kg**  
ÉVOLUTION DU POIDS  
72,0 → 66,0 kg

**28,6**  
IMC ACTUEL  
initial : 31,2

**1 353 kcal**  
APPORT MOYEN / J  
cible : 1 621 kcal

**100 %**  
OBSERVANCE  
repas saisis chaque jour

## ÉVOLUTION DE LA COMPOSITION CORPORELLE



| SEMAINE                         | PÉRIODE       | PESÉES | POIDS MOYEN (KG) | MASSE GRASSE MOY. (%) | VARIATION (KG) |
|---------------------------------|---------------|--------|------------------|-----------------------|----------------|
| S1                              | 01/06 – 07/06 | 5      | 71,6             | 37,9                  | —              |
| S2                              | 08/06 – 14/06 | 5      | 70,6             | 37,6                  | -0,9           |
| S3                              | 15/06 – 21/06 | 5      | 69,8             | 37,3                  | -0,8           |
| S4                              | 22/06 – 28/06 | 5      | 69,1             | 36,8                  | -0,7           |
| S5                              | 29/06 – 05/07 | 5      | 68,6             | 36,3                  | -0,5           |
| S6                              | 06/07 – 12/07 | 5      | 68,3             | 36,0                  | -0,3           |
| S7                              | 13/07 – 19/07 | 5      | 67,7             | 35,8                  | -0,6           |
| S8                              | 20/07 – 26/07 | 5      | 67,3             | 35,4                  | -0,4           |
| S9                              | 27/07 – 02/08 | 5      | 67,0             | 34,9                  | -0,3           |
| S10                             | 03/08 – 09/08 | 5      | 66,8             | 34,7                  | -0,3           |
| S11                             | 10/08 – 16/08 | 5      | 66,8             | 34,1                  | +0,0           |
| S12                             | 17/08 – 23/08 | 5      | 66,4             | 33,8                  | -0,4           |
| S13                             | 24/08 – 30/08 | 5      | 66,2             | 33,6                  | -0,2           |
| S14                             | 31/08 – 06/09 | 5      | 66,1             | 33,5                  | -0,1           |
| S15                             | 07/09 – 08/09 | 2      | 66,0             | 33,1                  | -0,0           |
| Bilan sur 100 jours — 72 pesées |               |        | -6,0 kg          | -5,2 pts              |                |

Moyennes hebdomadaires calculées sur les 72 pesées de la période. Le détail quotidien reste consultable dans l'application.

PROFIL NUTRITIONNEL RÉEL MOYEN

| MACRO-ÉLÉMENT | CIBLE THÉORIQUE | RÉEL CONSTATÉ | STATUT          |
|---------------|-----------------|---------------|-----------------|
| Calories      | 1 621 kcal      | 1 353 kcal    | Déficit adéquat |
| Protéines     | 106 g           | 96 g          | Conforme        |
| Glucides      | 178 g           | 136 g         | Écart modéré    |
| Lipides       | 54 g            | 43 g          | Écart modéré    |
| Fibres        | 30 g            | 29 g          | Conforme        |

ACTIVITÉ PHYSIQUE

|                    |                             |                                 |
|--------------------|-----------------------------|---------------------------------|
| 57<br>JOURS ACTIFS | 8 071 kcal<br>TOTAL DÉPENSÉ | 38 min<br>MOY. MIN / JOUR ACTIF |
|--------------------|-----------------------------|---------------------------------|

| TYPE D'ACTIVITÉ | DURÉE TOTALE | CALORIES EST. |
|-----------------|--------------|---------------|
| Marche          | 26 h 55      | 6 218 kcal    |
| Yoga            | 9 h 20       | 1 848 kcal    |

MENSURATIONS

|                               |                                |                                                         |
|-------------------------------|--------------------------------|---------------------------------------------------------|
| 82 cm (-10)<br>TOUR DE TAILLE | 101 cm (-5)<br>TOUR DE HANCHES | 0,81 Modéré<br>RATIO TAILLE / HANCHES<br>initial : 0,87 |
|-------------------------------|--------------------------------|---------------------------------------------------------|

JOURNAL DE TOLÉRANCE CLINIQUE & SYMPTÔMES

| INDICATEUR         | FRÉQUENCE / SCORE               | ÉVOLUTION SUR LA PÉRIODE                                   |
|--------------------|---------------------------------|------------------------------------------------------------|
| Énergie & fatigue  | présent 7 j · score moyen 1,3/3 | Signalée surtout les premières semaines, s'estompe ensuite |
| Transit intestinal | présent 5 j · score moyen 1,4/3 | Léger, limité au premier mois                              |
| Qualité du sommeil | présent 3 j · score moyen 1,0/3 | Épisodique, sans tendance                                  |

Symptômes spécifiques déclarés : maux de tête / vertiges — 1 j

JYL Balance est un outil de suivi et de dialogue entre le patient et son praticien. Il ne constitue pas un dispositif médical et ne remplace pas un avis médical. Document d'exemple établi à partir de données fictives.