

ÍNDICE DE MASSA CORPORAL (IMC)

O Índice de Massa Corporal permite relacionar a massa corporal com a altura do indivíduo. Calcula-se dividindo-se o peso (Kg) pelo quadrado da altura em metros, de acordo com a fórmula:

$$\frac{\text{Peso (Kg)}}{\text{Altura (m)} \times \text{Altura (m)}}$$

De acordo com o resultado, esta indica subnutrição ou sobrenutrição. Consoante o resultado, classifica-se o estado de nutrição de indivíduos adultos maiores de 20 anos, tendo em conta os seguintes valores:

Classificação adultos	IMC
Baixo peso	< 18,5
Eutrofia	18,5 – 24,9
Pré-obesidade	25 – 29,9
Obesidade, grau I	30 – 34,9
Obesidade, grau II	35 – 39,9
Obesidade, grau III	>= 40