

Evaluación del Índice de Masa Corporal en Niños y Niñas

El Índice de Masa Corporal (I.M.C.) es una manera sencilla y universalmente acordada para determinar si una niña o niño tiene un peso adecuado.

En niños y niñas, el índice de masa corporal debe trasladarse a una tabla de percentiles (P) correspondiente a la edad y sexo.

El índice de masa corporal se calcula:

Índice de Masa Corporal (IMC) = Peso (en Kg) dividido por la Altura (en metros) al cuadrado.

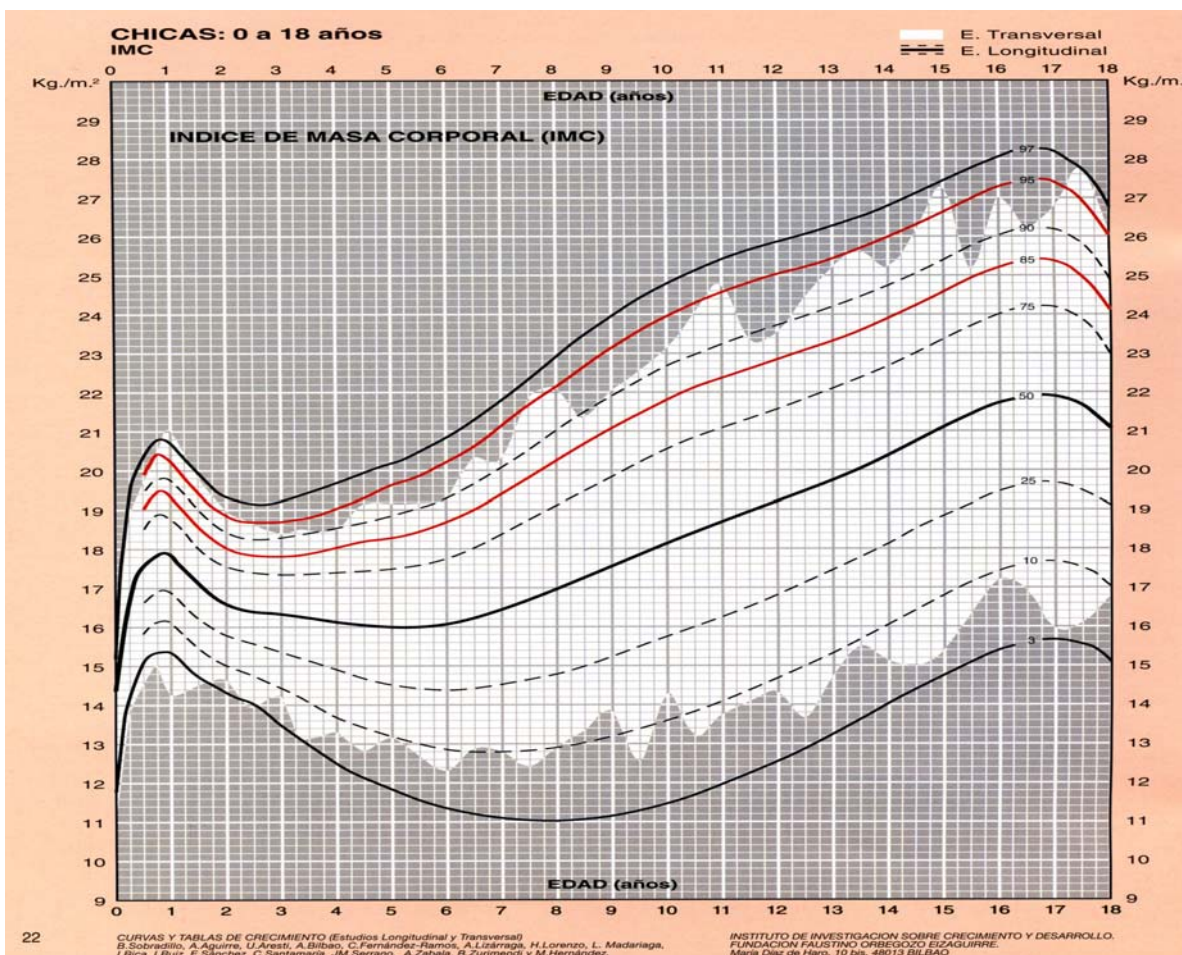
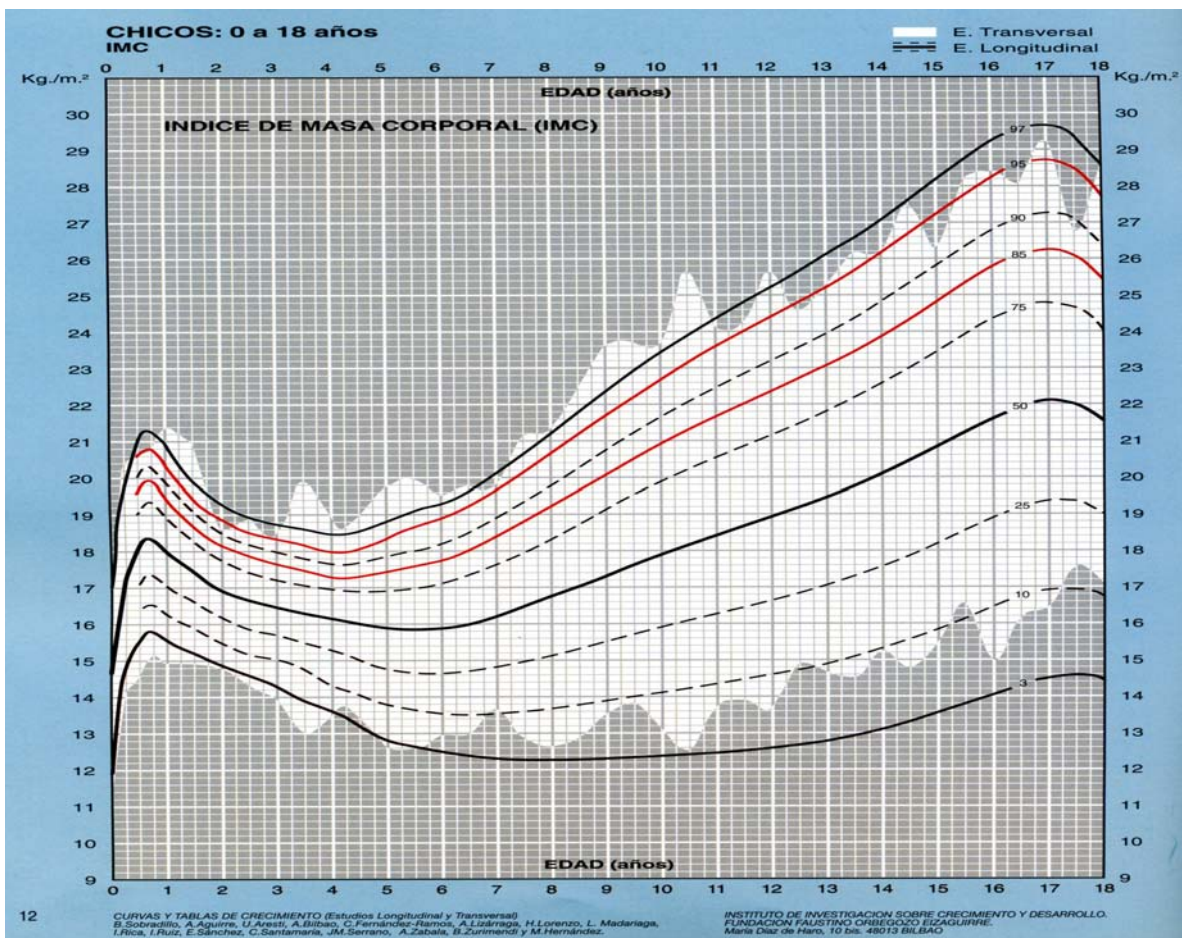
$$IMC = Kg/m^2$$

Divida el peso del niño o la niña, en kilogramos, entre su estatura, en metros, elevada al cuadrado.

Ejemplo: si su peso es de 30 Kg y su estatura 1 m. el I.M.C será:

$$IMC = 30 / (1)^2 = 30 / 1 = 30$$

También puede emplear la tabla de percentiles directamente, en función del sexo, identificando el punto en el que hacen intersección el peso y la edad de los niños y niñas.



Los niños y niñas con índice de masa corporal equivalente a percentiles entre el 85 y 95, se consideran población con sobrepeso en los que la evolución del peso y la talla deben ser controlados y seguidos periódicamente, iniciando estrategias de modificación de hábitos familiares e individuales. Las niñas y niños con índice de masa corporal superior al percentil 95, se consideran obesos y deberían ser atendidos por su pediatra para se incluidos en un programa de atención y tratamiento específicos.