

CONOCE EL ÍNDICE DE MASA CORPORAL DE LAS NIÑAS Y NIÑOS

EDAD	NIÑOS			
	BAJO PESO	NORMAL	SOBREPESO	OBESIDAD
5 años 6 meses	≥ 13.0	15.3	≥ 16.7	≥ 18.4
6 años	≥ 13.0	15.3	≥ 16.8	≥ 18.5
6 años 6 meses	≥ 13.1	15.4	≥ 16.9	≥ 18.7
7 años	≥ 13.1	15.5	≥ 17.0	≥ 19.0
7 años 6 meses	≥ 13.2	15.6	≥ 17.2	≥ 19.3
8 años	≥ 13.3	15.7	≥ 17.4	≥ 19.7
8 años 6 meses	≥ 13.4	15.9	≥ 17.7	≥ 21.0
9 años	≥ 13.5	16.0	≥ 17.9	≥ 20.5
9 años 6 meses	≥ 13.6	16.2	≥ 18.2	≥ 20.9
EDAD (años)	HOMBRES			
	BAJO PESO	NORMAL	SOBREPESO	OBESIDAD
10 años	≥ 13.7	16.4	≥ 18.5	≥ 21.4
11 años	≥ 14.1	16.9	≥ 19.2	≥ 22.5
12 años	≥ 14.5	17.5	≥ 19.9	≥ 23.6
13 años	≥ 14.9	18.2	≥ 20.8	≥ 24.8
14 años	≥ 15.5	19.0	≥ 21.8	≥ 25.9
15 años	≥ 16.0	19.8	≥ 22.7	≥ 27.0
16 años	≥ 16.5	20.5	≥ 23.5	≥ 27.9
17 años	≥ 16.9	21.1	≥ 24.3	≥ 28.6
18 años	≥ 17.3	21.7	≥ 24.9	≥ 29.2
19 años	≥ 17.6	22.2	≥ 25.4	≥ 29.7



FUNDACIÓN
Carlos Slim

CONOCE EL ÍNDICE DE MASA CORPORAL DE LAS NIÑAS Y NIÑOS



NIÑAS Y NIÑOS CRECIENDO
SANOS Y LISTOS
¡SENCILLOS PASOS PARA PADRES!

FUNDACIÓN
Carlos Slim

EDAD	NIÑAS			
	BAJO PESO	NORMAL	SOBREPESO	OBESIDAD
5 años 6 meses	≥ 12.7	15.2	≥ 16.9	≥ 19.0
6 años	≥ 12.7	15.3	≥ 17.0	≥ 19.2
6 años 6 meses	≥ 12.7	15.3	≥ 17.1	≥ 19.5
7 años	≥ 12.7	15.4	≥ 17.3	≥ 19.8
7 años 6 meses	≥ 12.8	15.5	≥ 17.5	≥ 20.1
8 años	≥ 12.9	15.7	≥ 17.7	≥ 20.6
8 años 6 meses	≥ 13.0	15.9	≥ 18.0	≥ 21.0
9 años	≥ 13.1	16.1	≥ 18.3	≥ 21.5
9 años 6 meses	≥ 13.3	16.3	≥ 18.7	≥ 22.1
EDAD (años)	MUJERES			
	BAJO PESO	NORMAL	SOBREPESO	OBESIDAD
10 años	≥ 13.5	16.6	≥ 19.0	≥ 22.6
11 años	≥ 13.9	17.2	≥ 19.9	≥ 23.7
12 años	≥ 14.4	18.0	≥ 20.8	≥ 25.0
13 años	≥ 14.9	18.8	≥ 21.8	≥ 26.2
14 años	≥ 15.4	19.6	≥ 22.7	≥ 27.3
15 años	≥ 15.9	20.2	≥ 23.5	≥ 28.2
16 años	≥ 16.2	20.7	≥ 24.1	≥ 28.9
17 años	≥ 16.4	21.0	≥ 24.5	≥ 29.3
18 años	≥ 16.4	21.3	≥ 24.8	≥ 29.3
19 años	≥ 16.5	21.4	≥ 25.0	≥ 29.7



¿CÓMO CALCULARLO? (kg / m²)

Ejemplo: Niña de 7 años, pesa 22 kg y mide 1.12 m.

Pasos
para
calcular
el IMC

Paso 1:	Se multiplica la estatura por la estatura.	$1.12 \times 1.12 = 1.25$
Paso 2:	Se divide el peso sobre el valor obtenido en el paso 1.	$22 \div 1.25 = 17.6$
Paso 3:	IMC =	17.6

SI EL IMC DE SU NIÑA / NIÑO SE
ENCUENTRA EN LAS COLUMNAS
AMARILLA O ROJA, ACUDA A
CONSULTA MÉDICA

VERDE - NORMAL

AMARILLO - RIESGO

ROJO - PELIGRO