



Calcule su IMC:

$$IMC = \frac{\text{Peso en Kg.}}{(\text{Altura en m})^2}$$

- <18.5 BAJO PESO
- 18.5-24'9 PESO NORMAL
- 25-29'9 SOBREPESO: Se recomienda hacer ejercicio físico y vigilar su peso.
- ≥30 OBESIDAD: Debe hacer ejercicio físico y controlar las calorías. Los profesionales sanitarios le pueden ayudar.