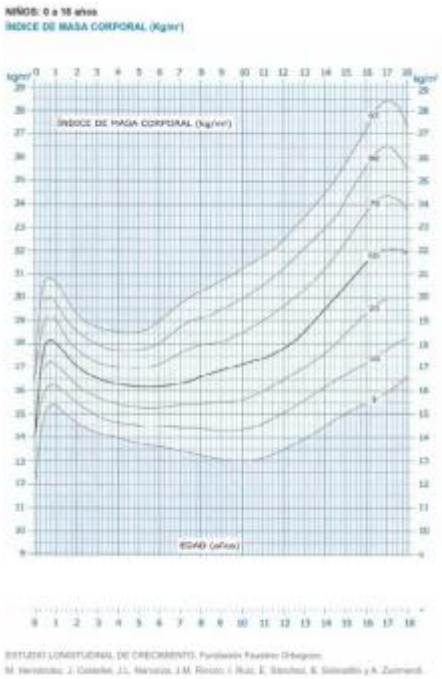
Publicado en *Familia y Salud* (https://www.familiaysalud.es)

Vigilamos el sobrepeso para prevenir la obesidad infantil



El peso y la talla son los dos parámetros más fáciles de obtener para conocer el desarrollo físico de vuestros hijos y valorar si la nutrición es la adecuada. El Índice de Masa Corporal (IMC) hace referencia a la proporción entre el peso y la talla; se calcula con la fórmula: Peso en kg / Talla en m^2. Los datos deben ser interpretados por el pediatra o médico de tu hijo.

En la actualidad, la Guía de Práctica Clínica sobre la Prevención y el Tratamiento de la Obesidad Infantojuvenil del *Sistema Nacional de Salud (2009)* recomienda la utilización de Curvas y gráficas de crecimiento de población española de 1988 para no "normalizar" la obesidad de los niños que, como es sabido, aumenta de forma preocupante en el mundo occidental.

Siguiendo estas recomendaciones se define sobrepeso cuando el IMC es igual o superior al percentil 90 para edad y sexo, y se define obesidad cuando el IMC es igual o superior al percentil 97 para edad y sexo, en dichas gráficas.

Fuente: Estudio longitudinal del crecimiento. Curvas de 0 a 18 años. *Fundación F. Orbegozo, 1988*. En: Guía de Práctica Clínica sobre la Prevención y el Tratamiento de la Obesidad Infantojuvenil. *Guías de Práctica Clínica en el SNS. Ministerio de Sanidad y Política Social, 2009*. Disponible pdf en: Guia practica clinica obesidad infantojuvenil.

Índice de Masa corporal

1. Índice de Masa Corporal. Niñas: 0 a 18 años
2. Índice de Masa Corporal. Niños: 0 a 18 años

Archivos adjuntos:

imc_mujeres_bilbao88.pdf

imc_varones_bilbao88.pdf

Palabras clave:

IMC

sobrepeso

obesidad

percentiles

gráficas