Estado nutricional e IMC

Objetivo:

Comprender qué es el índice de masa corporal y para qué sirve.

Explicación

El **IMC** relaciona el peso y la estatura.

La fórmula es:

IMC = peso (kg) ÷ estatura^2 (m)

Ejemplo:

Una persona pesa **70 kg** y mide **1.70 m**:

IMC = 70 ÷ (1.70 × 1.70)

IMC ≈ 24.2 kg/m^2

El IMC es una **herramienta de orientación**, no un diagnóstico por sí solo. Su interpretación depende, entre otras cosas, de la edad y del contexto de la persona.