



TREINO IDEAL - Assessoria Esportiva

CLASSIFICAÇÕES DO IMC (índice de massa corporal)

É o peso dividido pela estatura ao quadrado. Este teste é limitado porque não leva em consideração o percentual de gordura corporal, somente o peso absoluto.

IMC (kg/m ²)		
Baixo peso	menor que	18,5
Normal	18,5 a	24,9
Pré-obesidade	25 a	29,9
Obesidade I	30 a	39,9
Obesidade II	35 a	39,9
Obesidade III *	maior que	40

Fonte: O.M.S., 1997.