



# Índice de Massa Corporal

## REFERÊNCIA

de Onis, M., Onyango, A. W., Borghi, E., Siyam, A., Nishida, C., & Siekmann, J. (2007). Development of a WHO growth reference for school-aged children and adolescents. Bulletin Of World Health Organization, 85(9), 660-667.

ANO  
2007

IDADE  
5-19

RELAÇÃO COM A SAÚDE  
Saúde Cardiovascular



Os valores de referência para o índice de massa corporal (IMC) foram desenvolvidos pela Organização Mundial de Saúde. Estes valores foram desenvolvidos em 2007 com o objetivo de identificar trajetórias de desenvolvimento do IMC.

Os dados que foram usados para determinar os valores de referência são de amostras combinadas de três estudos, recolhidos em 30 018 crianças e adolescentes da população americana (15 103 rapazes e 14 915 raparigas). Os dados usados para o desenvolvimento dos valores de referência foram intencionalmente selecionados para descrever valores de IMC antes da prevalência da obesidade.

O IMC foi definido como a razão entre o peso e a estatura ao quadrado ( $\text{kg}/\text{m}^2$ ) e foi avaliado em laboratório usando procedimentos standardizados para a medição do peso e da estatura.

Foram identificados três valores de referência considerados importantes para a saúde. Os valores de IMC que se encontravam -2, +1, e +2 desvios-padrão em relação à média da amostra foram usados para descrever Magreza, Excesso de Peso e Obesidade, respetivamente. O FITescola® usa estes mesmos valores de referência para identificar qualquer criança ou adolescente que está na ZONA SAUDÁVEL ou que PRECISA MELHORAR. Estes valores de referência são específicos para cada idade e género e foram definidos por se aproximarem dos valores definidos para a idade adulta aos 19 anos.

Os resultados do estudo revelaram que o IMC aumenta com a idade e sem grandes diferenças entre rapazes e raparigas. A relação entre os valores de IMC e outros indicadores de saúde (por exemplo, a síndrome metabólica cardiovascular) não foi considerada neste estudo. No entanto, a evidência de outros estudos indica que estes pontos de referência têm valor preditivo para a saúde cardiovascular.

Idade	ÍNDICE DE MASSA CORPORAL ( $\text{kg}/\text{m}^2$ )*			
	ZONA SAUDÁVEL			
	RAPARIGAS		RAPAZES	
	>	<	>	<
9	13,3	18,7	13,6	18,2
10	13,7	19,4	13,9	18,8
11	14,1	20,3	14,2	19,5
12	14,7	21,3	14,7	20,4
13	15,2	22,3	15,2	21,3
14	15,7	23,1	15,7	22,2
15	16,0	23,8	16,3	23,1
16	16,3	24,3	16,7	23,9
17	16,4	24,6	17,1	24,6
18+	18,5	25,0	18,5	25,0

\* Valores aproximados por idade. Nos relatórios são utilizados os valores estipulados pela Organização Mundial de Saúde.