

И  
М  
Т

?

чёр?



**ПЕРЕСТАНЬ СТРОИТЬ ДОГАДКИ!**

Индекс Массы Тела (ИМТ)

показывает, соответствует ли ваш вес вашему росту.

Узнай свой  $ИМТ = \frac{вес (кг)}{рост(м)^2}$

до 18,5	18,5-25,0	от 25-30	более 30
дефицит массы тела	нормальный вес	повышенный ИМТ	ожирение

Рекомендации на сайте [www.profilaktica.ru](http://www.profilaktica.ru)