



REPÚBLICA DE MOÇAMBIQUE  
MINISTÉRIO DA SAÚDE  
Direcção Nacional de Saúde Pública

# CURVAS DE CRESCIMENTO PARA RAPAZES DOS 0 AOS 18 ANOS DE IDADE

---

## LIVRO DE REFERÊNCIA

JULHO 2018



RAPAZES

# Índice

## FICHA TÉCNICA

**Título:** Curvas de Crescimento para Rapazes dos 0 aos 18 Anos de Idade

As curvas contidas neste livro de referência cobrem os seguintes índices antropométricos:

- Peso-para-Idade
- Peso-para-Comprimento/Altura
- Comprimento/Altura-para-Idade
- Índice de Massa Corporal (IMC)-para-idade

**Autores:** Marla Amaro, Melanie Rodrigues, e Lucinda Manjama (MISAU, Departamento de Nutrição); Tina Lloren, Victória Munheça, Stélio Albino, Alejandro Soto, Monica Woldt, e Celeste Bila (FANTA/FHI 360); Melanie Remane Picolo (anteriormente FANTA/FHI 360)

**Coordenação e Edição:** MISAU, Direcção Nacional de Saúde Pública, Departamento de Nutrição

**Layout:** FANTA/FHI 360, USAID/Moçambique

Produzido com apoio do Projecto FANTA da USAID, gerido pelo FHI 360 ao abrigo do Acordo de Cooperação nº AID-OAA-A-12-00005.

© Ministério da Saúde, Departamento de Nutrição, Julho de 2018

Instruções de Uso 1

### Rapazes 0–5 Anos 5

Peso-para-Idade (0–5 anos) 6

Peso-para-Comprimento (0–2 anos) 7

Peso-para-Altura (2–5 anos) 8

Estatutura-para-Idade (0–5 anos) 9

### Rapazes 5–18 Anos 10

Peso-para-Idade (5–10 anos) 11

IMC-para-Idade (5–18 anos) 12

Altura-para-Idade (5–18 anos) 13

### Tabelas de IMC 14

# Instruções de Uso

Este livro de referência contém as curvas de crescimento para rapazes elaboradas com base nos Padrões de Crescimento de 2006 para crianças dos 0 aos 5 anos de idade, e nas Referências de Crescimento de 2007 para crianças e adolescentes dos 5 aos 18 anos de idade da Organização Mundial da Saúde.

As curvas de crescimento aqui contidas cobrem os seguintes índices antropométricos: peso-para-idade (P/I), peso-para-comprimento/altura (P/C e P/A), comprimento/altura-para-idade (C/I e A/I), e índice de massa corporal-para-idade (IMC/idade).

**Peso-para-Idade** indica o peso corporal relativamente à idade da criança. Permite identificar crianças com baixo peso relativamente à idade, mas não crianças com sobrepeso. Se monitorado ao longo do tempo, este índice antropométrico permite avaliar o crescimento insuficiente (falta de ganho de peso em duas pesagens consecutivas, dentro de um período de 1 a 3 meses). Usa-se para crianças dos 0 aos 10 anos.

**Peso-para-Comprimento/Altura** indica o peso corporal relativamente à estatura (comprimento ou altura) da criança. Permite identificar crianças com desnutrição aguda e sobrepeso. Usa-se peso-para-comprimento para crianças dos 0 aos 23 meses e peso-para-altura para crianças dos 2 aos 5 anos.

**Comprimento/Altura-para-Idade** indica o crescimento em comprimento ou altura a dada idade da criança ou adolescente. Permite identificar casos de desnutrição crónica. Usa-se comprimento-para-idade para crianças dos 0 aos 23 meses e altura-para-idade para crianças e adolescentes dos 2 aos 18 anos.

**IMC-para-idade** indica o índice de massa corporal (IMC) da criança ou adolescente relativamente à idade. Uma vez que as crianças e os adolescentes entre os 5 e os 18 anos ainda se encontram em crescimento, não se deve usar o IMC por si só, mas sim o IMC relativo à idade para identificar a desnutrição aguda e o sobrepeso. Usa-se para crianças e adolescentes (não grávidas) dos 5 aos 18 anos.

*N/B: O peso pode ser afectado por edema, portanto é necessário interpretar os valores com cuidado. Crianças com edema bilateral devem ser referidas para o Programa de Reabilitação Nutricional.*

Para cada índice antropométrico, as curvas são diferentes e por faixa etária (0–5 anos de idade, 5–10 anos de idade ou 5–18 anos de idade). Estas diferenças estão indicadas no título de cada curva de crescimento.

Para fácil identificação da curva a usar para determinar o estado nutricional de uma criança ou adolescente, o presente livro de referência contém separadores por índice antropométrico e faixa etária. A tabela que se apresenta a seguir serve como guião para seleccionar a curva de crescimento a usar de acordo com o índice antropométrico de interesse, faixa etária, e a classificação do estado nutricional de acordo com o desvio padrão encontrado.

| ÍNDICE ANTROPOMÉTRICO  | IDADE    |          |           |           | DESVIO PADRÃO (DP)        |                              |                |                |                                                                                                                              |                |         |  |
|------------------------|----------|----------|-----------|-----------|---------------------------|------------------------------|----------------|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------|--|
|                        | 0-2 Anos | 2-5 Anos | 5-10 Anos | 5-18 Anos | < -3 DP                   | ≥ -3 e < -2 DP               | ≥ -2 e < -1 DP | 0 DP (mediana) | > +1 e ≤ +2 DP                                                                                                               | > +2 e ≤ +3 DP | > +3 DP |  |
| Peso-para-idade        | ✓        | ✓        | ✓         | ✗         | Baixo peso grave          | Baixo peso moderado          | Normal         |                | Pode indicar um problema antropométrico, mas este pode ser melhor avaliado através de peso-para-estatura ou IMC-para-idade.  |                |         |  |
| Comprimento-para-idade | ✓        | ✗        | ✗         | ✗         | Desnutrição crónica grave | Desnutrição crónica moderada | Normal         |                | Uma criança neste intervalo é muito alta, o que, na maioria dos casos, não consiste em problema, a menos que seja excessivo. |                |         |  |
| Altura-para-idade      | ✗        | ✓        | ✗         | ✓         |                           |                              | Normal         |                |                                                                                                                              |                |         |  |
| Peso-para-comprimento  | ✓        | ✗        | ✗         | ✗         | Desnutrição aguda grave   | Desnutrição aguda moderada   | Normal         |                | Sobrepeso                                                                                                                    | Obesidade      |         |  |
| Peso-para-altura       | ✗        | ✓        | ✗         | ✗         |                           |                              | Normal         |                |                                                                                                                              |                |         |  |
| IMC-para-idade         | ✗        | ✗        | ✗         | ✓         | Desnutrição aguda grave   | Desnutrição aguda moderada   | Normal         |                | Sobrepeso                                                                                                                    | Obesidade      |         |  |

## Instruções de uso das curvas

1. Selecione a curva de acordo com o índice antropométrico e a idade da criança ou adolescente.
2. Determine o estado nutricional de acordo com as curvas.
  - a. Para as curvas de peso-para-idade: encontre a idade (meses e anos) da criança no eixo de x (linha horizontal) e o peso (kg) da criança no eixo de y (linha vertical). Marque na curva de crescimento o ponto em que as linhas se cruzam.
  - b. Para as curvas de peso-para-comprimento/altura: encontre o comprimento para crianças menores de 2 anos de idade ou a altura para crianças de 2 a 5 anos (cm) no eixo de x (linha horizontal) e o peso (kg) da criança no eixo de y (linha vertical). Marque na curva de crescimento o ponto em que as linhas se cruzam.
  - c. Para as curvas de estatura-para-idade: encontre a idade (meses e anos) da criança/adolescente no eixo de x (linha horizontal) e o comprimento ou altura (cm) da criança/adolescente no eixo de y (linha vertical). Marque na curva de crescimento o ponto em que as linhas se cruzam.
  - d. Para o IMC-para-idade:
    - Calcule o IMC da criança/adolescente usando uma tabela de cálculo do IMC encontrada no fim deste livro de referência ou através da fórmula  $[\text{peso} / (\text{altura})^2]$ , isto é  $[(\text{kg}/\text{m}^2)]$ . Na tabela de cálculo, encontre a altura da criança/adolescente na primeira coluna. Encontre o peso da criança/adolescente na última linha. Procure com os dedos a célula onde a linha da altura (horizontal) e a coluna do peso (linha vertical) se cruzam. Este é o IMC.
    - Na curva de IMC-para-idade, encontre a idade da criança/adolescente em anos e meses no eixo de x (linha horizontal) e o IMC no eixo de y (linha vertical). Marque na curva de crescimento o ponto em que as linhas se cruzam.
3. Interprete o resultado de acordo com a legenda, observando a cor da área em que o ponto marcado se encontra.
4. Explique a sua interpretação ao cuidador e/ou à criança/adolescente. Aconselhe-os, e refira a criança/adolescente de acordo.

N/B: Na curva de “Estatura-para-Idade”, a quebra entre as linhas de desvio padrão (DP) aos 2 anos de idade representa a diferença entre as medidas de “comprimento” para crianças dos 0 aos 2 anos de idade, e de “altura” para crianças dos 2 aos 5 anos de idade. Esta diferença resulta do facto de que, para qualquer criança, quando a estatura é medida com a criança deitada (comprimento), a medida é aproximadamente 0.7 cm maior do que quando a estatura é medida com a criança de pé (altura).

## Exemplos

### Peso-para-Idade

**O Paulo tem 13 meses e um peso de 7,0 kg.**

1. Procure a curva de peso-para-idade dos rapazes.
2. Procure a idade de 1 ano e 1 mês no eixo de x (linha horizontal), o que corresponde a 13 meses. Encontre no ponto médio entre 1 ano e 1 ano e 2 meses.
3. Procure o peso do Paulo (7,0 kg) no eixo de y (linha vertical). Encontre no ponto médio entre 6 kg e 8 kg.
4. Marque na curva de crescimento o ponto em que as linhas se cruzam.
5. Vai verificar que 7,0 kg está na classificação de baixo peso grave.

### Peso-para-Comprimento

**O Arlindo tem 12 meses e tem um comprimento igual a 55 cm e pesa 3,6 kg.**

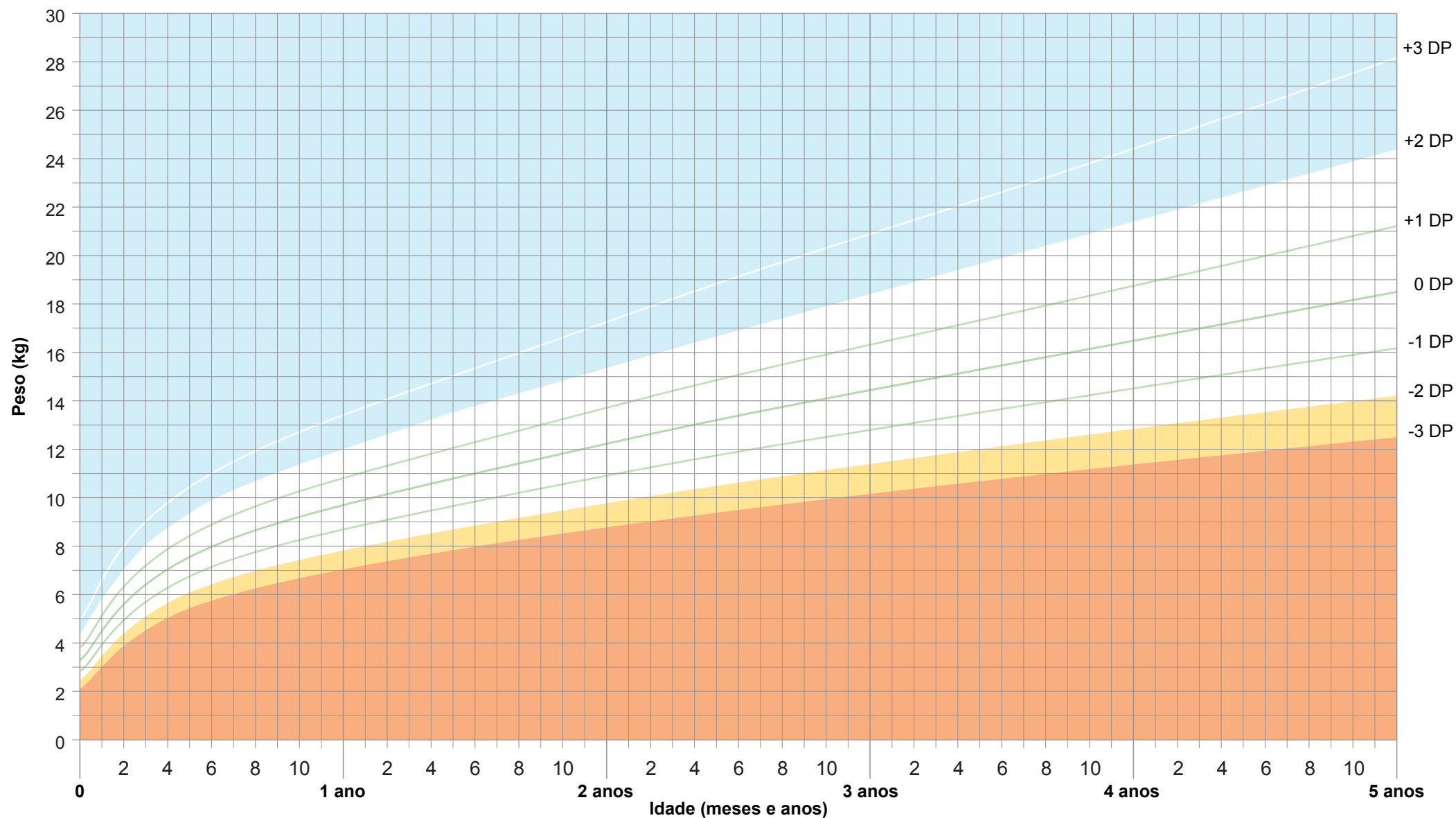
1. Procure a curva de peso-para-comprimento dos rapazes.
2. Procure o comprimento de 55 cm no eixo de x (linha horizontal).
3. Procure o peso do Arlindo (3,6 kg) no eixo de y (linha vertical). Trace um ponto imaginário depois de 3,5 kg equivalente a 0,1 kg; o ponto traçado será 3,6 kg.
4. Marque na curva de crescimento o ponto em que as linhas se cruzam.
5. Vai verificar que 3,6 kg está na classificação de desnutrição aguda moderada.

### IMC-para-Idade

**O José tem 14 anos e 7 meses. Tem uma altura igual a 1,5 metros e pesa 39,0 kg.**

1. Procure as Tabelas de IMC no fim deste livro.
2. Calcule o IMC usando as Tabelas de IMC ou usando a seguinte fórmula:  
$$\text{IMC} = \text{Peso em kg} / (\text{altura em m})^2$$
$$\text{IMC} = 39,0 / (1,5 \times 1,5) = 39,0 / 2,25$$
$$\text{IMC} = 17,3 \text{ kg/m}^2$$
3. Procure a curva de IMC-para-Idade dos rapazes.
4. Procure a linha referente aos 14 anos e 6 meses no eixo de x (linha horizontal). Trace um ponto imaginário depois de 14 anos e 6 meses equivalente a 1 mês; o ponto traçado será 14 anos e 7 meses.
5. Procure a linha referente ao IMC calculado (17,3) no eixo de y (linha vertical). Trace um ponto imaginário depois de 17 kg/m<sup>2</sup> equivalente a 0,3 kg/m<sup>2</sup>; o ponto traçado será o 17,3 kg/m<sup>2</sup>.
6. Marque na curva de crescimento o ponto em que as linhas se cruzam.
7. Vai verificar que 17,3 kg/m<sup>2</sup> está na classificação de “normal.”

# Rapazes 0–5 Anos

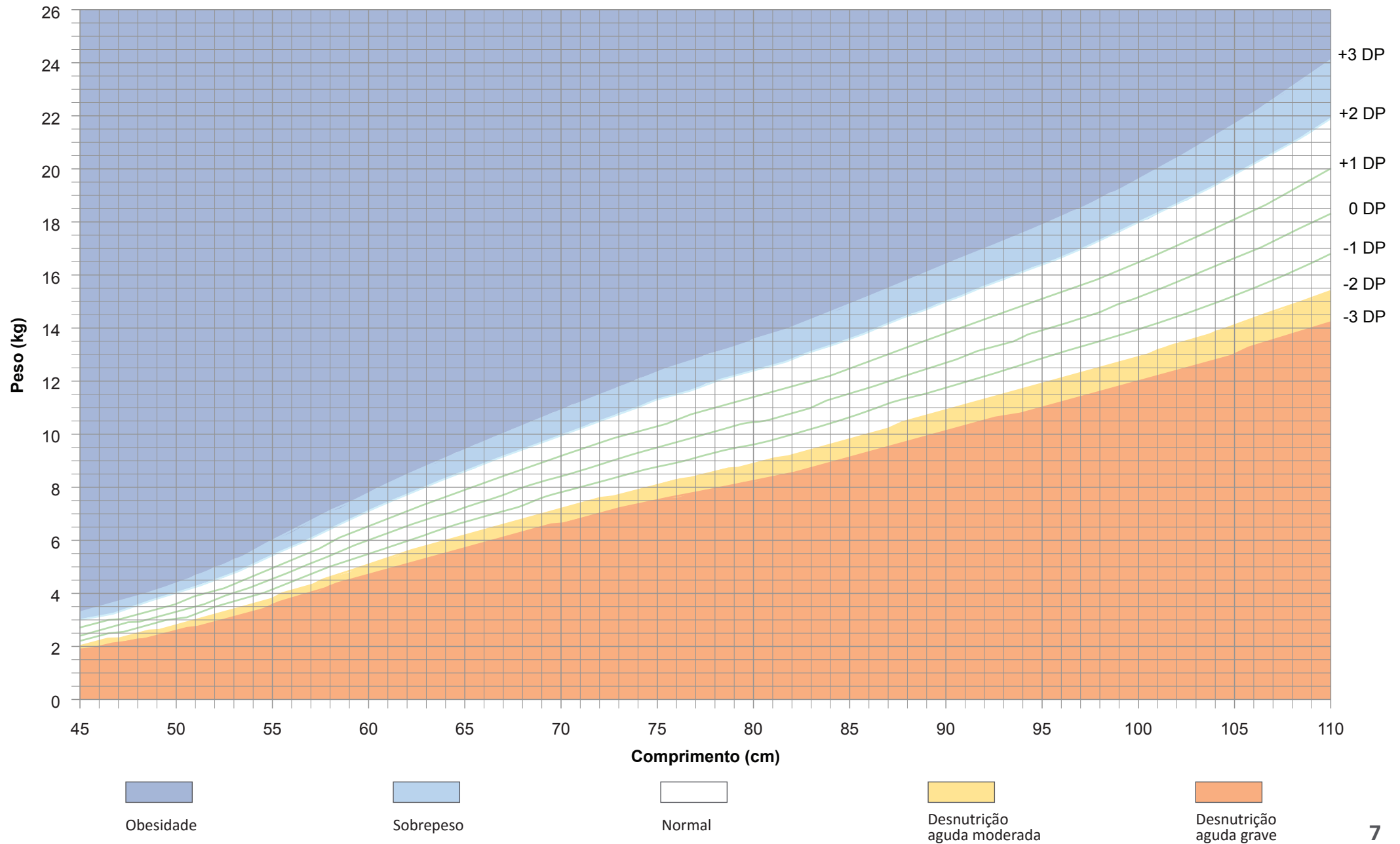


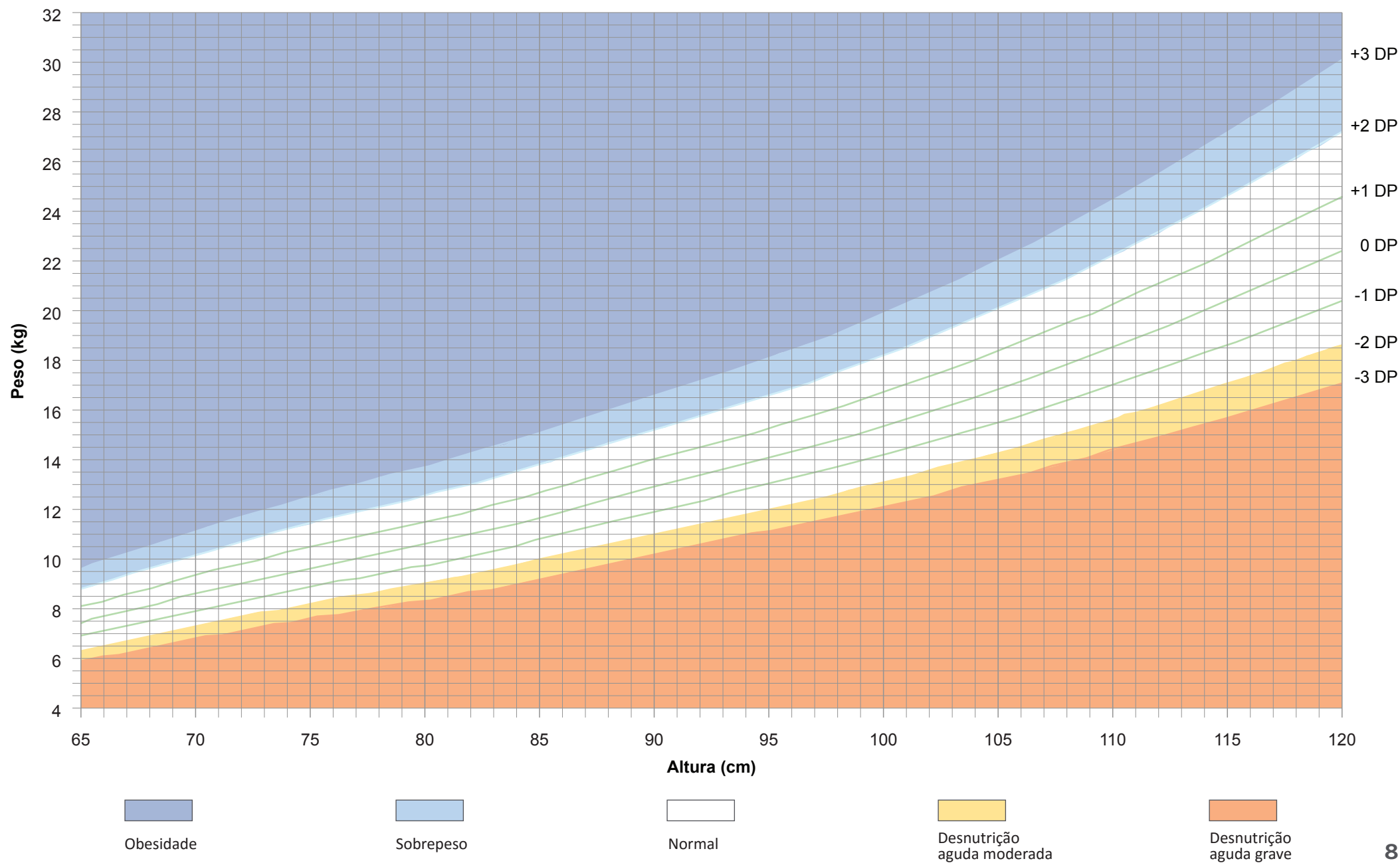
Normal

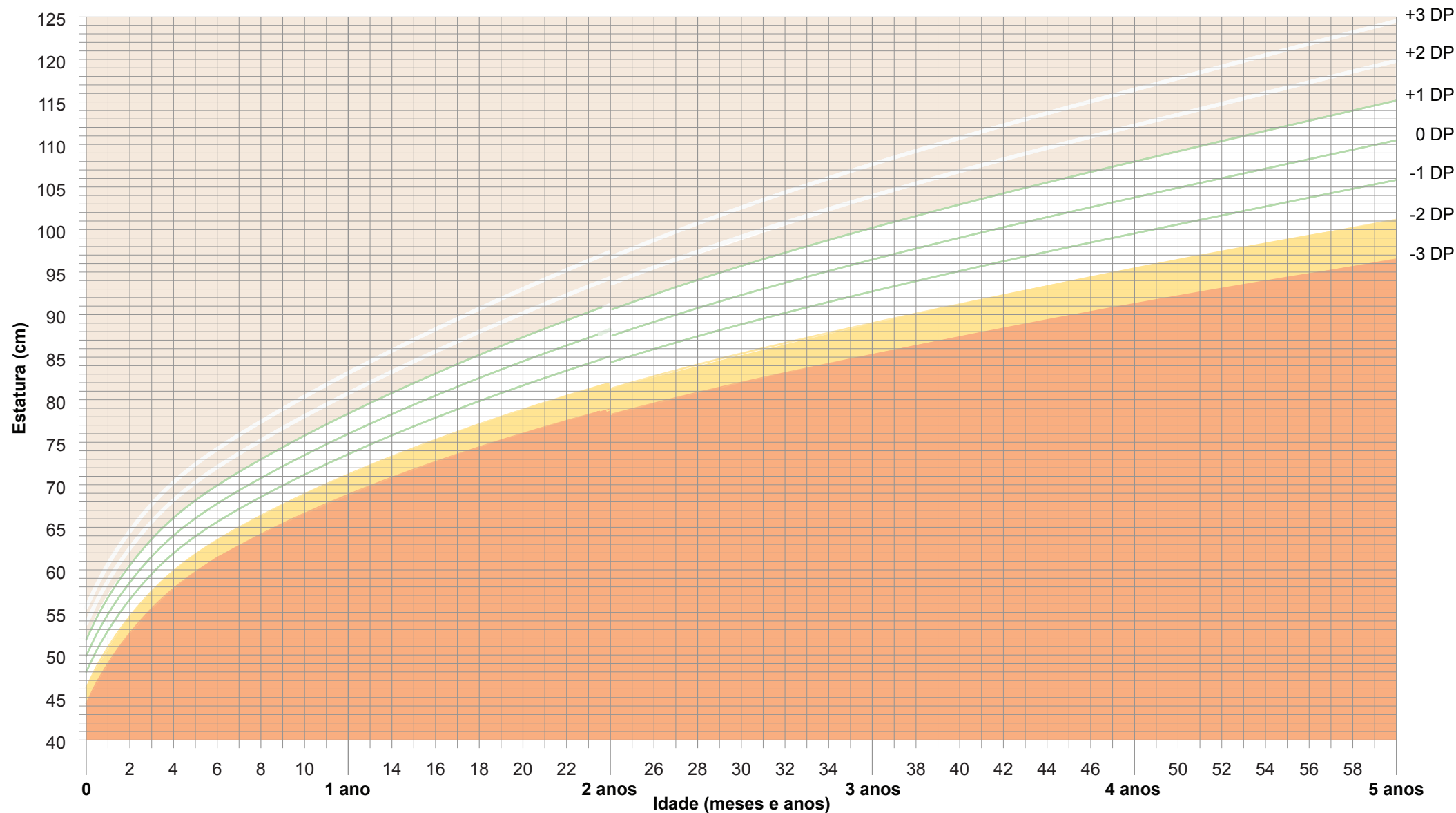
Baixo peso moderado

Baixo peso grave

Uma criança neste intervalo deve ser avaliada através do peso-para-comprimento/altura para detectar se existe um problema de crescimento ou não.







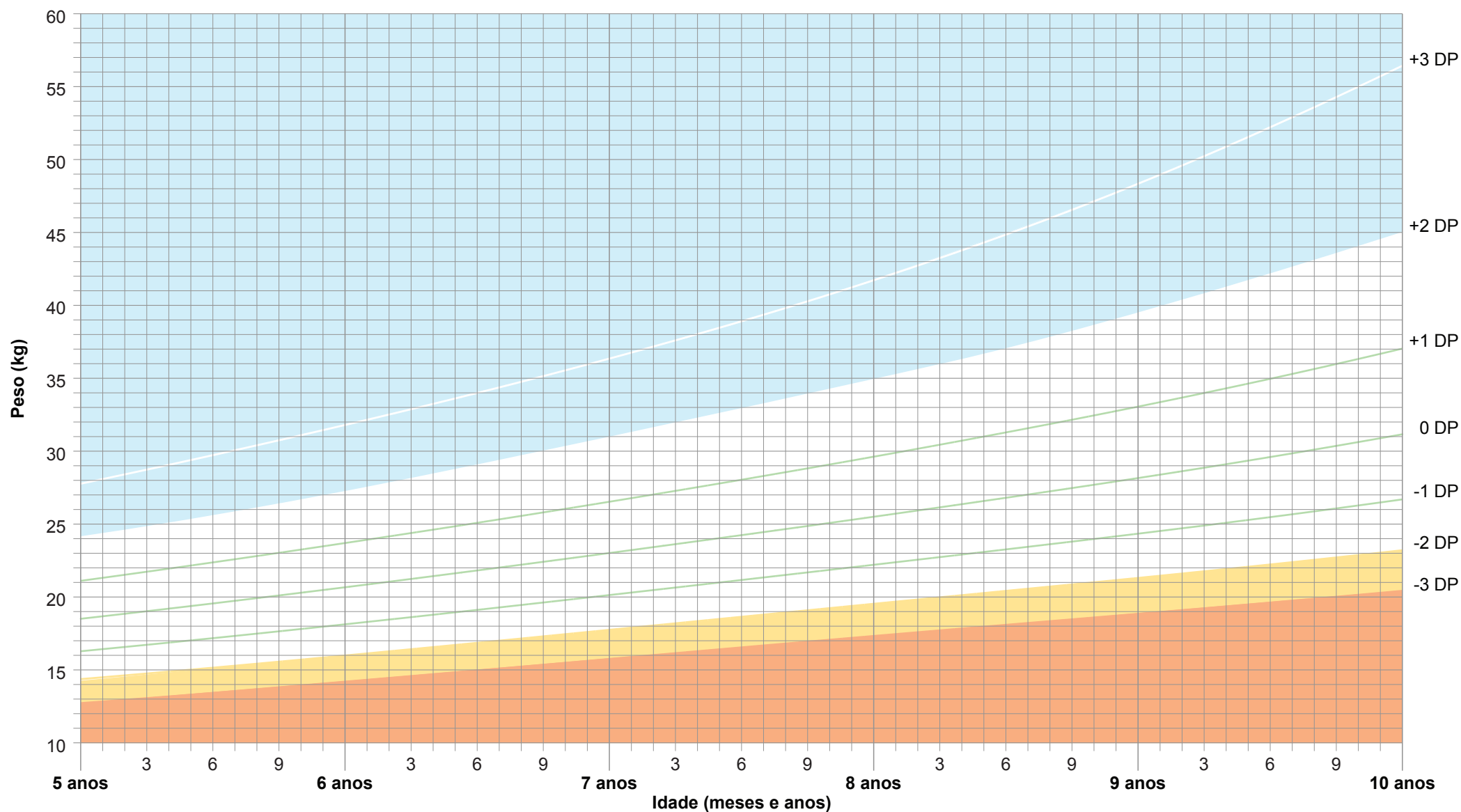
Normal

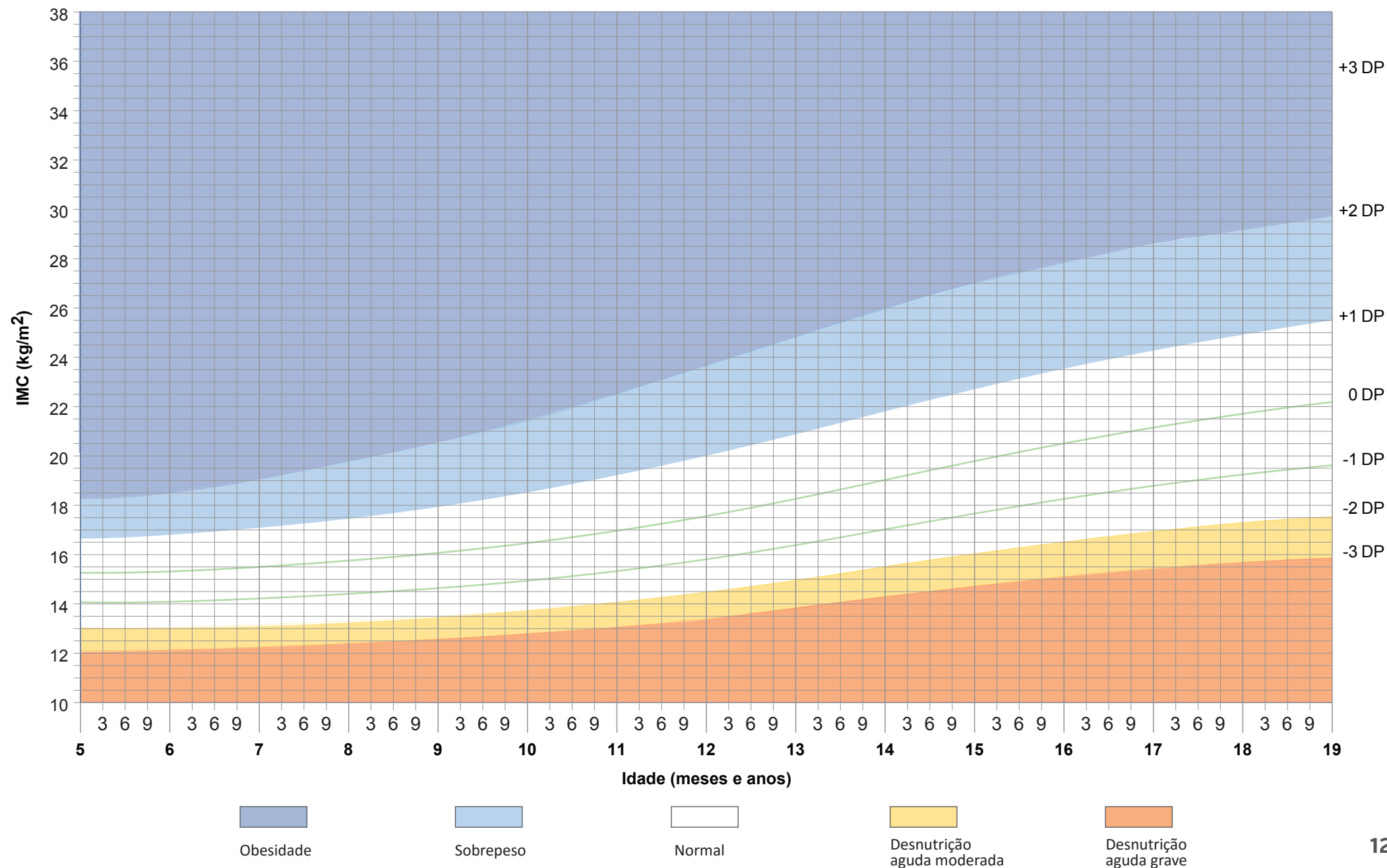
Desnutrição crónica moderada

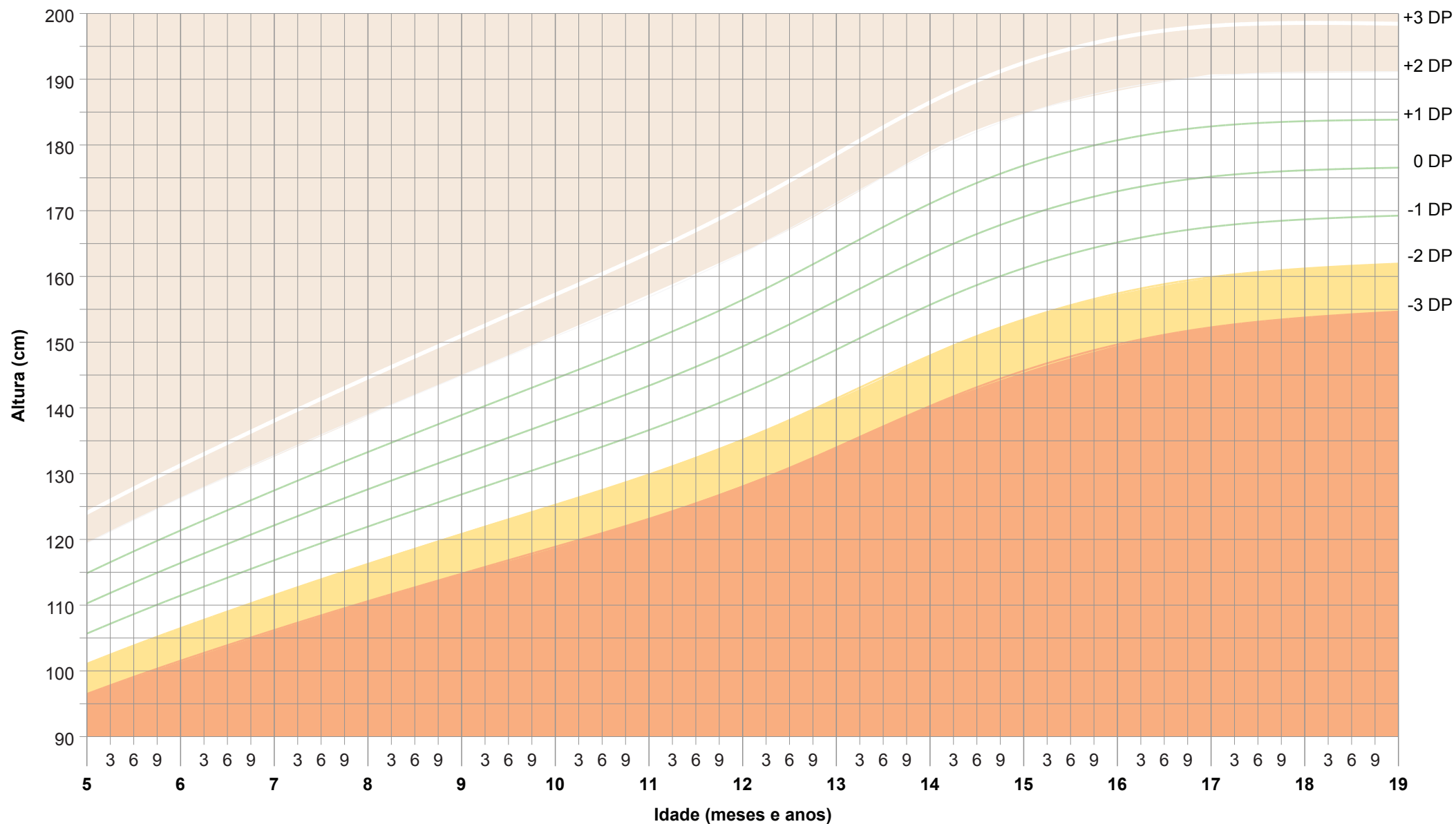
Desnutrição crónica grave

Uma criança neste intervalo é muito alta, o que, na maioria dos casos, não consiste em problema, a menos que seja excessivo.

# Rapazes 5–18 Anos







Normal

Desnutrição crónica moderada

Desnutrição crónica grave

Uma criança neste intervalo é muito alta, o que, na maioria dos casos, não consiste em problema, a menos que seja excessivo.

# Tabelas de IMC

## Tabelas de IMC

| Altura<br>(cm) |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |  |
|----------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|--|
| 99             | 8.2  | 9.2  | 10.2 | 11.2 | 12.2 | 13.3 | 14.3 | 15.3 | 16.3 | 17.3 | 18.4 | 19.4 | 20.4 | 21.4 | 22.4 | 23.5 | 24.5 | 25.5 | 26.5 | 27.5 | 28.6 | 29.6 | 30.6 | 31.6 | 32.6 | 33.7 |  |
| 98             | 8.3  | 9.4  | 10.4 | 11.5 | 12.5 | 13.5 | 14.6 | 15.6 | 16.7 | 17.7 | 18.7 | 19.8 | 20.8 | 21.9 | 22.9 | 23.9 | 25.0 | 26.0 | 27.1 | 28.1 | 29.2 | 30.2 | 31.2 | 32.3 | 33.3 | 34.4 |  |
| 97             | 8.5  | 9.6  | 10.6 | 11.7 | 12.8 | 13.8 | 14.9 | 15.9 | 17.0 | 18.1 | 19.1 | 20.2 | 21.3 | 22.3 | 23.4 | 24.4 | 25.5 | 26.6 | 27.6 | 28.7 | 29.8 | 30.8 | 31.9 | 32.9 | 34.0 | 35.1 |  |
| 96             | 8.7  | 9.8  | 10.9 | 11.9 | 13.0 | 14.1 | 15.2 | 16.3 | 17.4 | 18.4 | 19.5 | 20.6 | 21.7 | 22.8 | 23.9 | 25.0 | 26.0 | 27.1 | 28.2 | 29.3 | 30.4 | 31.5 | 32.6 | 33.6 | 34.7 | 35.8 |  |
| 95             | 8.9  | 10.0 | 11.1 | 12.2 | 13.3 | 14.4 | 15.5 | 16.6 | 17.7 | 18.8 | 19.9 | 21.1 | 22.2 | 23.3 | 24.4 | 25.5 | 26.6 | 27.7 | 28.8 | 29.9 | 31.0 | 32.1 | 33.2 | 34.3 | 35.5 | 36.6 |  |
| 94             | 9.1  | 10.2 | 11.3 | 12.4 | 13.6 | 14.7 | 15.8 | 17.0 | 18.1 | 19.2 | 20.4 | 21.5 | 22.6 | 23.8 | 24.9 | 26.0 | 27.2 | 28.3 | 29.4 | 30.6 | 31.7 | 32.8 | 34.0 | 35.1 | 36.2 | 37.3 |  |
| 93             | 9.2  | 10.4 | 11.6 | 12.7 | 13.9 | 15.0 | 16.2 | 17.3 | 18.5 | 19.7 | 20.8 | 22.0 | 23.1 | 24.3 | 25.4 | 26.6 | 27.7 | 28.9 | 30.1 | 31.2 | 32.4 | 33.5 | 34.7 | 35.8 | 37.0 | 38.2 |  |
| 92             | 9.5  | 10.6 | 11.8 | 13.0 | 14.2 | 15.4 | 16.5 | 17.7 | 18.9 | 20.1 | 21.3 | 22.4 | 23.6 | 24.8 | 26.0 | 27.2 | 28.4 | 29.5 | 30.7 | 31.9 | 33.1 | 34.3 | 35.4 | 36.6 | 37.8 | 39.0 |  |
| 91             | 9.7  | 10.9 | 12.1 | 13.3 | 14.5 | 15.7 | 16.9 | 18.1 | 19.3 | 20.5 | 21.7 | 22.9 | 24.2 | 25.4 | 26.6 | 27.8 | 29.0 | 30.2 | 31.4 | 32.6 | 33.8 | 35.0 | 36.2 | 37.4 | 38.6 | 39.9 |  |
| 90             | 9.9  | 11.1 | 12.3 | 13.6 | 14.8 | 16.0 | 17.3 | 18.5 | 19.8 | 21.0 | 22.2 | 23.5 | 24.7 | 25.9 | 27.2 | 28.4 | 29.6 | 30.9 | 32.1 | 33.3 | 34.6 | 35.8 | 37.0 | 38.3 | 39.5 | 40.7 |  |
| 89             | 10.1 | 11.4 | 12.6 | 13.9 | 15.1 | 16.4 | 17.7 | 18.9 | 20.2 | 21.5 | 22.7 | 24.0 | 25.2 | 26.5 | 27.8 | 29.0 | 30.3 | 31.6 | 32.8 | 34.1 | 35.3 | 36.6 | 37.9 | 39.1 | 40.4 | 41.7 |  |
| 88             | 10.3 | 11.6 | 12.9 | 14.2 | 15.5 | 16.8 | 18.1 | 19.4 | 20.7 | 22.0 | 23.2 | 24.5 | 25.8 | 27.1 | 28.4 | 29.7 | 31.0 | 32.3 | 33.6 | 34.9 | 36.2 | 37.4 | 38.7 | 40.0 | 41.3 | 42.6 |  |
| 87             | 10.6 | 11.9 | 13.2 | 14.5 | 15.9 | 17.2 | 18.5 | 19.8 | 21.1 | 22.5 | 23.8 | 25.1 | 26.4 | 27.7 | 29.1 | 30.4 | 31.7 | 33.0 | 34.4 | 35.7 | 37.0 | 38.3 | 39.6 | 41.0 | 42.3 | 43.6 |  |
| 86             | 10.8 | 12.2 | 13.5 | 14.9 | 16.2 | 17.6 | 18.9 | 20.3 | 21.6 | 23.0 | 24.3 | 25.7 | 27.0 | 28.4 | 29.7 | 31.1 | 32.4 | 33.8 | 35.2 | 36.5 | 37.9 | 39.2 | 40.6 | 41.9 | 43.3 | 44.6 |  |
| 85             | 11.1 | 12.5 | 13.8 | 15.2 | 16.6 | 18.0 | 19.4 | 20.8 | 22.1 | 23.5 | 24.9 | 26.3 | 27.7 | 29.1 | 30.4 | 31.8 | 33.2 | 34.6 | 36.0 | 37.4 | 38.8 | 40.1 | 41.5 | 42.9 | 44.3 | 45.7 |  |
| 84             | 11.3 | 12.8 | 14.2 | 15.6 | 17.0 | 18.4 | 19.8 | 21.3 | 22.7 | 24.1 | 25.5 | 26.9 | 28.3 | 29.8 | 31.2 | 32.6 | 34.0 | 35.4 | 36.8 | 38.3 | 39.7 | 41.1 | 42.5 | 43.9 | 45.4 | 46.8 |  |
| 83             | 11.6 | 13.1 | 14.5 | 16.0 | 17.4 | 18.9 | 20.3 | 21.8 | 23.2 | 24.7 | 26.1 | 27.6 | 29.0 | 30.5 | 31.9 | 33.4 | 34.8 | 36.3 | 37.7 | 39.2 | 40.6 | 42.1 | 43.5 | 45.0 | 46.5 | 47.9 |  |
| 82             | 11.9 | 13.4 | 14.9 | 16.4 | 17.8 | 19.3 | 20.8 | 22.3 | 23.8 | 25.3 | 26.8 | 28.3 | 29.7 | 31.2 | 32.7 | 34.2 | 35.7 | 37.2 | 38.7 | 40.2 | 41.6 | 43.1 | 44.6 | 46.1 | 47.6 | 49.1 |  |
| 81             | 12.2 | 13.7 | 15.2 | 16.8 | 18.3 | 19.8 | 21.3 | 22.9 | 24.4 | 25.9 | 27.4 | 29.0 | 30.5 | 32.0 | 33.5 | 35.1 | 36.6 | 38.1 | 39.6 | 41.2 | 42.7 | 44.2 | 45.7 | 47.2 | 48.8 | 50.3 |  |
| 80             | 12.5 | 14.1 | 15.6 | 17.2 | 18.8 | 20.3 | 21.9 | 23.4 | 25.0 | 26.6 | 28.1 | 29.7 | 31.3 | 32.8 | 34.4 | 35.9 | 37.5 | 39.1 | 40.6 | 42.2 | 43.8 | 45.3 | 46.9 | 48.4 | 50.0 | 51.6 |  |
| 79             | 12.8 | 14.4 | 16.0 | 17.6 | 19.2 | 20.8 | 22.4 | 24.0 | 25.6 | 27.2 | 28.8 | 30.4 | 32.0 | 33.6 | 35.3 | 36.9 | 38.5 | 40.1 | 41.7 | 43.3 | 44.9 | 46.5 | 48.1 | 49.7 | 51.3 | 52.9 |  |
| 78             | 13.1 | 14.8 | 16.4 | 18.1 | 19.7 | 21.4 | 23.0 | 24.7 | 26.3 | 27.9 | 29.6 | 31.2 | 32.9 | 34.5 | 36.2 | 37.8 | 39.4 | 41.1 | 42.7 | 44.4 | 46.0 | 47.7 | 49.3 | 51.0 | 52.6 | 54.2 |  |
| 77             | 13.5 | 15.2 | 16.9 | 18.6 | 20.2 | 21.9 | 23.6 | 25.3 | 27.0 | 28.7 | 30.4 | 32.0 | 33.7 | 35.4 | 37.1 | 38.8 | 40.5 | 42.2 | 43.9 | 45.5 | 47.2 | 48.9 | 50.6 | 52.3 | 54.0 | 55.7 |  |
| 76             | 13.9 | 15.6 | 17.3 | 19.0 | 20.8 | 22.5 | 24.2 | 26.0 | 27.7 | 29.4 | 31.2 | 32.9 | 34.6 | 36.4 | 38.1 | 39.8 | 41.6 | 43.3 | 45.0 | 46.7 | 48.5 | 50.2 | 51.9 | 53.7 | 55.4 | 57.1 |  |
| 75             | 14.2 | 16.0 | 17.8 | 19.6 | 21.3 | 23.1 | 24.9 | 26.7 | 28.4 | 30.2 | 32.0 | 33.8 | 35.6 | 37.3 | 39.1 | 40.9 | 42.7 | 44.4 | 46.2 | 48.0 | 49.8 | 51.6 | 53.3 | 55.1 | 56.9 | 58.7 |  |
| Peso<br>(kg)   | 8    | 9    | 10   | 11   | 12   | 13   | 14   | 15   | 16   | 17   | 18   | 19   | 20   | 21   | 22   | 23   | 24   | 25   | 26   | 27   | 28   | 29   | 30   | 31   | 32   | 33   |  |

## Tabelas de IMC

| Altura<br>(cm) |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |  |
|----------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|--|
| 124            | 7.8  | 8.5  | 9.1  | 9.8  | 10.4 | 11.1 | 11.7 | 12.4 | 13.0 | 13.7 | 14.3 | 15.0 | 15.6 | 16.3 | 16.9 | 17.6 | 18.2 | 18.9 | 19.5 | 20.2 | 20.8 | 21.5 | 22.1 | 22.8 | 23.4 | 24.1 |  |
| 123            | 7.9  | 8.6  | 9.3  | 9.9  | 10.6 | 11.2 | 11.9 | 12.6 | 13.2 | 13.9 | 14.5 | 15.2 | 15.9 | 16.5 | 17.2 | 17.8 | 18.5 | 19.2 | 19.8 | 20.5 | 21.2 | 21.8 | 22.5 | 23.1 | 23.8 | 24.5 |  |
| 122            | 8.1  | 8.7  | 9.4  | 10.1 | 10.7 | 11.4 | 12.1 | 12.8 | 13.4 | 14.1 | 14.8 | 15.5 | 16.1 | 16.8 | 17.5 | 18.1 | 18.8 | 19.5 | 20.2 | 20.8 | 21.5 | 22.2 | 22.8 | 23.5 | 24.2 | 24.9 |  |
| 121            | 8.2  | 8.9  | 9.6  | 10.2 | 10.9 | 11.6 | 12.3 | 13.0 | 13.7 | 14.3 | 15.0 | 15.7 | 16.4 | 17.1 | 17.8 | 18.4 | 19.1 | 19.8 | 20.5 | 21.2 | 21.9 | 22.5 | 23.2 | 23.9 | 24.6 | 25.3 |  |
| 120            | 8.3  | 9.0  | 9.7  | 10.4 | 11.1 | 11.8 | 12.5 | 13.2 | 13.9 | 14.6 | 15.3 | 16.0 | 16.7 | 17.4 | 18.1 | 18.8 | 19.4 | 20.1 | 20.8 | 21.5 | 22.2 | 22.9 | 23.6 | 24.3 | 25.0 | 25.7 |  |
| 119            | 8.5  | 9.2  | 9.9  | 10.6 | 11.3 | 12.0 | 12.7 | 13.4 | 14.1 | 14.8 | 15.5 | 16.2 | 16.9 | 17.7 | 18.4 | 19.1 | 19.8 | 20.5 | 21.2 | 21.9 | 22.6 | 23.3 | 24.0 | 24.7 | 25.4 | 26.1 |  |
| 118            | 8.6  | 9.3  | 10.1 | 10.8 | 11.5 | 12.2 | 12.9 | 13.6 | 14.4 | 15.1 | 15.8 | 16.5 | 17.2 | 18.0 | 18.7 | 19.4 | 20.1 | 20.8 | 21.5 | 22.3 | 23.0 | 23.7 | 24.4 | 25.1 | 25.9 | 26.6 |  |
| 117            | 8.8  | 9.5  | 10.2 | 11.0 | 11.7 | 12.4 | 13.1 | 13.9 | 14.6 | 15.3 | 16.1 | 16.8 | 17.5 | 18.3 | 19.0 | 19.7 | 20.5 | 21.2 | 21.9 | 22.6 | 23.4 | 24.1 | 24.8 | 25.6 | 26.3 | 27.0 |  |
| 116            | 8.9  | 9.7  | 10.4 | 11.1 | 11.9 | 12.6 | 13.4 | 14.1 | 14.9 | 15.6 | 16.3 | 17.1 | 17.8 | 18.6 | 19.3 | 20.1 | 20.8 | 21.6 | 22.3 | 23.0 | 23.8 | 24.5 | 25.3 | 26.0 | 26.8 | 27.5 |  |
| 115            | 9.1  | 9.8  | 10.6 | 11.3 | 12.1 | 12.9 | 13.6 | 14.4 | 15.1 | 15.9 | 16.6 | 17.4 | 18.1 | 18.9 | 19.7 | 20.4 | 21.2 | 21.9 | 22.7 | 23.4 | 24.2 | 25.0 | 25.7 | 26.5 | 27.2 | 28.0 |  |
| 114            | 9.2  | 10.0 | 10.8 | 11.5 | 12.3 | 13.1 | 13.9 | 14.6 | 15.4 | 16.2 | 16.9 | 17.7 | 18.5 | 19.2 | 20.0 | 20.8 | 21.5 | 22.3 | 23.1 | 23.9 | 24.6 | 25.4 | 26.2 | 26.9 | 27.7 | 28.5 |  |
| 113            | 9.4  | 10.2 | 11.0 | 11.7 | 12.5 | 13.3 | 14.1 | 14.9 | 15.7 | 16.4 | 17.2 | 18.0 | 18.8 | 19.6 | 20.4 | 21.1 | 21.9 | 22.7 | 23.5 | 24.3 | 25.1 | 25.8 | 26.6 | 27.4 | 28.2 | 29.0 |  |
| 112            | 9.6  | 10.4 | 11.2 | 12.0 | 12.8 | 13.6 | 14.3 | 15.1 | 15.9 | 16.7 | 17.5 | 18.3 | 19.1 | 19.9 | 20.7 | 21.5 | 22.3 | 23.1 | 23.9 | 24.7 | 25.5 | 26.3 | 27.1 | 27.9 | 28.7 | 29.5 |  |
| 111            | 9.7  | 10.6 | 11.4 | 12.2 | 13.0 | 13.8 | 14.6 | 15.4 | 16.2 | 17.0 | 17.9 | 18.7 | 19.5 | 20.3 | 21.1 | 21.9 | 22.7 | 23.5 | 24.3 | 25.2 | 26.0 | 26.8 | 27.6 | 28.4 | 29.2 | 30.0 |  |
| 110            | 9.9  | 10.7 | 11.6 | 12.4 | 13.2 | 14.0 | 14.9 | 15.7 | 16.5 | 17.4 | 18.2 | 19.0 | 19.8 | 20.7 | 21.5 | 22.3 | 23.1 | 24.0 | 24.8 | 25.6 | 26.4 | 27.3 | 28.1 | 28.9 | 29.8 | 30.6 |  |
| 109            | 10.1 | 10.9 | 11.8 | 12.6 | 13.5 | 14.3 | 15.2 | 16.0 | 16.8 | 17.7 | 18.5 | 19.4 | 20.2 | 21.0 | 21.9 | 22.7 | 23.6 | 24.4 | 25.3 | 26.1 | 26.9 | 27.8 | 28.6 | 29.5 | 30.3 | 31.1 |  |
| 108            | 10.3 | 11.1 | 12.0 | 12.9 | 13.7 | 14.6 | 15.4 | 16.3 | 17.1 | 18.0 | 18.9 | 19.7 | 20.6 | 21.4 | 22.3 | 23.1 | 24.0 | 24.9 | 25.7 | 26.6 | 27.4 | 28.3 | 29.1 | 30.0 | 30.9 | 31.7 |  |
| 107            | 10.5 | 11.4 | 12.2 | 13.1 | 14.0 | 14.8 | 15.7 | 16.6 | 17.5 | 18.3 | 19.2 | 20.1 | 21.0 | 21.8 | 22.7 | 23.6 | 24.5 | 25.3 | 26.2 | 27.1 | 28.0 | 28.8 | 29.7 | 30.6 | 31.4 | 32.3 |  |
| 106            | 10.7 | 11.6 | 12.5 | 13.3 | 14.2 | 15.1 | 16.0 | 16.9 | 17.8 | 18.7 | 19.6 | 20.5 | 21.4 | 22.2 | 23.1 | 24.0 | 24.9 | 25.8 | 26.7 | 27.6 | 28.5 | 29.4 | 30.3 | 31.1 | 32.0 | 32.9 |  |
| 105            | 10.9 | 11.8 | 12.7 | 13.6 | 14.5 | 15.4 | 16.3 | 17.2 | 18.1 | 19.0 | 20.0 | 20.9 | 21.8 | 22.7 | 23.6 | 24.5 | 25.4 | 26.3 | 27.2 | 28.1 | 29.0 | 29.9 | 30.8 | 31.7 | 32.7 | 33.6 |  |
| 104            | 11.1 | 12.0 | 12.9 | 13.9 | 14.8 | 15.7 | 16.6 | 17.6 | 18.5 | 19.4 | 20.3 | 21.3 | 22.2 | 23.1 | 24.0 | 25.0 | 25.9 | 26.8 | 27.7 | 28.7 | 29.6 | 30.5 | 31.4 | 32.4 | 33.3 | 34.2 |  |
| 103            | 11.3 | 12.3 | 13.2 | 14.1 | 15.1 | 16.0 | 17.0 | 17.9 | 18.9 | 19.8 | 20.7 | 21.7 | 22.6 | 23.6 | 24.5 | 25.5 | 26.4 | 27.3 | 28.3 | 29.2 | 30.2 | 31.1 | 32.0 | 33.0 | 33.9 | 34.9 |  |
| 102            | 11.5 | 12.5 | 13.5 | 14.4 | 15.4 | 16.3 | 17.3 | 18.3 | 19.2 | 20.2 | 21.1 | 22.1 | 23.1 | 24.0 | 25.0 | 26.0 | 26.9 | 27.9 | 28.8 | 29.8 | 30.8 | 31.7 | 32.7 | 33.6 | 34.6 | 35.6 |  |
| 101            | 11.8 | 12.7 | 13.7 | 14.7 | 15.7 | 16.7 | 17.6 | 18.6 | 19.6 | 20.6 | 21.6 | 22.5 | 23.5 | 24.5 | 25.5 | 26.5 | 27.4 | 28.4 | 29.4 | 30.4 | 31.4 | 32.3 | 33.3 | 34.3 | 35.3 | 36.3 |  |
| 100            | 12.0 | 13.0 | 14.0 | 15.0 | 16.0 | 17.0 | 18.0 | 19.0 | 20.0 | 21.0 | 22.0 | 23.0 | 24.0 | 25.0 | 26.0 | 27.0 | 28.0 | 29.0 | 30.0 | 31.0 | 32.0 | 33.0 | 34.0 | 35.0 | 36.0 | 37.0 |  |
| Peso<br>(kg)   | 12   | 13   | 14   | 15   | 16   | 17   | 18   | 19   | 20   | 21   | 22   | 23   | 24   | 25   | 26   | 27   | 28   | 29   | 30   | 31   | 32   | 33   | 34   | 35   | 36   | 37   |  |

## Tabelas de IMC

| Altura (cm) |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
|-------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| 149         | 8.6  | 9.0  | 9.5  | 9.9  | 10.4 | 10.8 | 11.3 | 11.7 | 12.2 | 12.6 | 13.1 | 13.5 | 14.0 | 14.4 | 14.9 | 15.3 | 15.8 | 16.2 | 16.7 | 17.1 | 17.6 | 18.0 | 18.5 | 18.9 | 19.4 | 19.8 |
| 148         | 8.7  | 9.1  | 9.6  | 10.0 | 10.5 | 11.0 | 11.4 | 11.9 | 12.3 | 12.8 | 13.2 | 13.7 | 14.2 | 14.6 | 15.1 | 15.5 | 16.0 | 16.4 | 16.9 | 17.3 | 17.8 | 18.3 | 18.7 | 19.2 | 19.6 | 20.1 |
| 147         | 8.8  | 9.3  | 9.7  | 10.2 | 10.6 | 11.1 | 11.6 | 12.0 | 12.5 | 13.0 | 13.4 | 13.9 | 14.3 | 14.8 | 15.3 | 15.7 | 16.2 | 16.7 | 17.1 | 17.6 | 18.0 | 18.5 | 19.0 | 19.4 | 19.9 | 20.4 |
| 146         | 8.9  | 9.4  | 9.9  | 10.3 | 10.8 | 11.3 | 11.7 | 12.2 | 12.7 | 13.1 | 13.6 | 14.1 | 14.5 | 15.0 | 15.5 | 16.0 | 16.4 | 16.9 | 17.4 | 17.8 | 18.3 | 18.8 | 19.2 | 19.7 | 20.2 | 20.6 |
| 145         | 9.0  | 9.5  | 10.0 | 10.5 | 10.9 | 11.4 | 11.9 | 12.4 | 12.8 | 13.3 | 13.8 | 14.3 | 14.7 | 15.2 | 15.7 | 16.2 | 16.6 | 17.1 | 17.6 | 18.1 | 18.5 | 19.0 | 19.5 | 20.0 | 20.5 | 20.9 |
| 144         | 9.2  | 9.6  | 10.1 | 10.6 | 11.1 | 11.6 | 12.1 | 12.5 | 13.0 | 13.5 | 14.0 | 14.5 | 14.9 | 15.4 | 15.9 | 16.4 | 16.9 | 17.4 | 17.8 | 18.3 | 18.8 | 19.3 | 19.8 | 20.3 | 20.7 | 21.2 |
| 143         | 9.3  | 9.8  | 10.3 | 10.8 | 11.2 | 11.7 | 12.2 | 12.7 | 13.2 | 13.7 | 14.2 | 14.7 | 15.2 | 15.6 | 16.1 | 16.6 | 17.1 | 17.6 | 18.1 | 18.6 | 19.1 | 19.6 | 20.0 | 20.5 | 21.0 | 21.5 |
| 142         | 9.4  | 9.9  | 10.4 | 10.9 | 11.4 | 11.9 | 12.4 | 12.9 | 13.4 | 13.9 | 14.4 | 14.9 | 15.4 | 15.9 | 16.4 | 16.9 | 17.4 | 17.9 | 18.3 | 18.8 | 19.3 | 19.8 | 20.3 | 20.8 | 21.3 | 21.8 |
| 141         | 9.6  | 10.1 | 10.6 | 11.1 | 11.6 | 12.1 | 12.6 | 13.1 | 13.6 | 14.1 | 14.6 | 15.1 | 15.6 | 16.1 | 16.6 | 17.1 | 17.6 | 18.1 | 18.6 | 19.1 | 19.6 | 20.1 | 20.6 | 21.1 | 21.6 | 22.1 |
| 140         | 9.7  | 10.2 | 10.7 | 11.2 | 11.7 | 12.2 | 12.8 | 13.3 | 13.8 | 14.3 | 14.8 | 15.3 | 15.8 | 16.3 | 16.8 | 17.3 | 17.9 | 18.4 | 18.9 | 19.4 | 19.9 | 20.4 | 20.9 | 21.4 | 21.9 | 22.4 |
| 139         | 9.8  | 10.4 | 10.9 | 11.4 | 11.9 | 12.4 | 12.9 | 13.5 | 14.0 | 14.5 | 15.0 | 15.5 | 16.0 | 16.6 | 17.1 | 17.6 | 18.1 | 18.6 | 19.2 | 19.7 | 20.2 | 20.7 | 21.2 | 21.7 | 22.3 | 22.8 |
| 138         | 10.0 | 10.5 | 11.0 | 11.6 | 12.1 | 12.6 | 13.1 | 13.7 | 14.2 | 14.7 | 15.2 | 15.8 | 16.3 | 16.8 | 17.3 | 17.9 | 18.4 | 18.9 | 19.4 | 20.0 | 20.5 | 21.0 | 21.5 | 22.1 | 22.6 | 23.1 |
| 137         | 10.1 | 10.7 | 11.2 | 11.7 | 12.3 | 12.8 | 13.3 | 13.9 | 14.4 | 14.9 | 15.5 | 16.0 | 16.5 | 17.0 | 17.6 | 18.1 | 18.6 | 19.2 | 19.7 | 20.2 | 20.8 | 21.3 | 21.8 | 22.4 | 22.9 | 23.4 |
| 136         | 10.3 | 10.8 | 11.4 | 11.9 | 12.4 | 13.0 | 13.5 | 14.1 | 14.6 | 15.1 | 15.7 | 16.2 | 16.8 | 17.3 | 17.8 | 18.4 | 18.9 | 19.5 | 20.0 | 20.5 | 21.1 | 21.6 | 22.2 | 22.7 | 23.2 | 23.8 |
| 135         | 10.4 | 11.0 | 11.5 | 12.1 | 12.6 | 13.2 | 13.7 | 14.3 | 14.8 | 15.4 | 15.9 | 16.5 | 17.0 | 17.6 | 18.1 | 18.7 | 19.2 | 19.8 | 20.3 | 20.9 | 21.4 | 21.9 | 22.5 | 23.0 | 23.6 | 24.1 |
| 134         | 10.6 | 11.1 | 11.7 | 12.3 | 12.8 | 13.4 | 13.9 | 14.5 | 15.0 | 15.6 | 16.2 | 16.7 | 17.3 | 17.8 | 18.4 | 18.9 | 19.5 | 20.0 | 20.6 | 21.2 | 21.7 | 22.3 | 22.8 | 23.4 | 23.9 | 24.5 |
| 133         | 10.7 | 11.3 | 11.9 | 12.4 | 13.0 | 13.6 | 14.1 | 14.7 | 15.3 | 15.8 | 16.4 | 17.0 | 17.5 | 18.1 | 18.7 | 19.2 | 19.8 | 20.4 | 20.9 | 21.5 | 22.0 | 22.6 | 23.2 | 23.7 | 24.3 | 24.9 |
| 132         | 10.9 | 11.5 | 12.1 | 12.6 | 13.2 | 13.8 | 14.3 | 14.9 | 15.5 | 16.1 | 16.6 | 17.2 | 17.8 | 18.4 | 18.9 | 19.5 | 20.1 | 20.7 | 21.2 | 21.8 | 22.4 | 23.0 | 23.5 | 24.1 | 24.7 | 25.3 |
| 131         | 11.1 | 11.7 | 12.2 | 12.8 | 13.4 | 14.0 | 14.6 | 15.2 | 15.7 | 16.3 | 16.9 | 17.5 | 18.1 | 18.6 | 19.2 | 19.8 | 20.4 | 21.0 | 21.6 | 22.1 | 22.7 | 23.3 | 23.9 | 24.5 | 25.1 | 25.6 |
| 130         | 11.2 | 11.8 | 12.4 | 13.0 | 13.6 | 14.2 | 14.8 | 15.4 | 16.0 | 16.6 | 17.2 | 17.8 | 18.3 | 18.9 | 19.5 | 20.1 | 20.7 | 21.3 | 21.9 | 22.5 | 23.1 | 23.7 | 24.3 | 24.9 | 25.4 | 26.0 |
| 129         | 11.4 | 12.0 | 12.6 | 13.2 | 13.8 | 14.4 | 15.0 | 15.6 | 16.2 | 16.8 | 17.4 | 18.0 | 18.6 | 19.2 | 19.8 | 20.4 | 21.0 | 21.6 | 22.2 | 22.8 | 23.4 | 24.0 | 24.6 | 25.2 | 25.8 | 26.4 |
| 128         | 11.6 | 12.2 | 12.8 | 13.4 | 14.0 | 14.6 | 15.3 | 15.9 | 16.5 | 17.1 | 17.7 | 18.3 | 18.9 | 19.5 | 20.1 | 20.8 | 21.4 | 22.0 | 22.6 | 23.2 | 23.8 | 24.4 | 25.0 | 25.6 | 26.2 | 26.9 |
| 127         | 11.8 | 12.4 | 13.0 | 13.6 | 14.3 | 14.9 | 15.5 | 16.1 | 16.7 | 17.4 | 18.0 | 18.6 | 19.2 | 19.8 | 20.5 | 21.1 | 21.7 | 22.3 | 22.9 | 23.6 | 24.2 | 24.8 | 25.4 | 26.0 | 26.7 | 27.3 |
| 126         | 12.0 | 12.6 | 13.2 | 13.9 | 14.5 | 15.1 | 15.7 | 16.4 | 17.0 | 17.6 | 18.3 | 18.9 | 19.5 | 20.2 | 20.8 | 21.4 | 22.0 | 22.7 | 23.3 | 23.9 | 24.6 | 25.2 | 25.8 | 26.5 | 27.1 | 27.7 |
| 125         | 12.2 | 12.8 | 13.4 | 14.1 | 14.7 | 15.4 | 16.0 | 16.6 | 17.3 | 17.9 | 18.6 | 19.2 | 19.8 | 20.5 | 21.1 | 21.8 | 22.4 | 23.0 | 23.7 | 24.3 | 25.0 | 25.6 | 26.2 | 26.9 | 27.5 | 28.2 |
| Peso (kg)   | 19   | 20   | 21   | 22   | 23   | 24   | 25   | 26   | 27   | 28   | 29   | 30   | 31   | 32   | 33   | 34   | 35   | 36   | 37   | 38   | 39   | 40   | 41   | 42   | 43   | 44   |

## Tabelas de IMC

| Altura<br>(cm) |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
|----------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| 175            | 8.8  | 9.1  | 9.5  | 9.8  | 10.1 | 10.4 | 10.8 | 11.1 | 11.4 | 11.8 | 12.1 | 12.4 | 12.7 | 13.1 | 13.4 | 13.7 | 14.0 | 14.4 | 14.7 | 15.0 | 15.3 | 15.7 | 16.0 | 16.3 | 16.7 | 17.0 |
| 174            | 8.9  | 9.2  | 9.6  | 9.9  | 10.2 | 10.6 | 10.9 | 11.2 | 11.6 | 11.9 | 12.2 | 12.6 | 12.9 | 13.2 | 13.5 | 13.9 | 14.2 | 14.5 | 14.9 | 15.2 | 15.5 | 15.9 | 16.2 | 16.5 | 16.8 | 17.2 |
| 173            | 9.0  | 9.4  | 9.7  | 10.0 | 10.4 | 10.7 | 11.0 | 11.4 | 11.7 | 12.0 | 12.4 | 12.7 | 13.0 | 13.4 | 13.7 | 14.0 | 14.4 | 14.7 | 15.0 | 15.4 | 15.7 | 16.0 | 16.4 | 16.7 | 17.0 | 17.4 |
| 172            | 9.1  | 9.5  | 9.8  | 10.1 | 10.5 | 10.8 | 11.2 | 11.5 | 11.8 | 12.2 | 12.5 | 12.8 | 13.2 | 13.5 | 13.9 | 14.2 | 14.5 | 14.9 | 15.2 | 15.5 | 15.9 | 16.2 | 16.6 | 16.9 | 17.2 | 17.6 |
| 171            | 9.2  | 9.6  | 9.9  | 10.3 | 10.6 | 10.9 | 11.3 | 11.6 | 12.0 | 12.3 | 12.7 | 13.0 | 13.3 | 13.7 | 14.0 | 14.4 | 14.7 | 15.0 | 15.4 | 15.7 | 16.1 | 16.4 | 16.8 | 17.1 | 17.4 | 17.8 |
| 170            | 9.3  | 9.7  | 10.0 | 10.4 | 10.7 | 11.1 | 11.4 | 11.8 | 12.1 | 12.5 | 12.8 | 13.1 | 13.5 | 13.8 | 14.2 | 14.5 | 14.9 | 15.2 | 15.6 | 15.9 | 16.3 | 16.6 | 17.0 | 17.3 | 17.6 | 18.0 |
| 169            | 9.5  | 9.8  | 10.2 | 10.5 | 10.9 | 11.2 | 11.6 | 11.9 | 12.3 | 12.6 | 13.0 | 13.3 | 13.7 | 14.0 | 14.4 | 14.7 | 15.1 | 15.4 | 15.8 | 16.1 | 16.5 | 16.8 | 17.2 | 17.5 | 17.9 | 18.2 |
| 168            | 9.6  | 9.9  | 10.3 | 10.6 | 11.0 | 11.3 | 11.7 | 12.0 | 12.4 | 12.8 | 13.1 | 13.5 | 13.8 | 14.2 | 14.5 | 14.9 | 15.2 | 15.6 | 15.9 | 16.3 | 16.7 | 17.0 | 17.4 | 17.7 | 18.1 | 18.4 |
| 167            | 9.7  | 10.0 | 10.4 | 10.8 | 11.1 | 11.5 | 11.8 | 12.2 | 12.5 | 12.9 | 13.3 | 13.6 | 14.0 | 14.3 | 14.7 | 15.1 | 15.4 | 15.8 | 16.1 | 16.5 | 16.9 | 17.2 | 17.6 | 17.9 | 18.3 | 18.6 |
| 166            | 9.8  | 10.2 | 10.5 | 10.9 | 11.2 | 11.6 | 12.0 | 12.3 | 12.7 | 13.1 | 13.4 | 13.8 | 14.2 | 14.5 | 14.9 | 15.2 | 15.6 | 16.0 | 16.3 | 16.7 | 17.1 | 17.4 | 17.8 | 18.1 | 18.5 | 18.9 |
| 165            | 9.9  | 10.3 | 10.7 | 11.0 | 11.4 | 11.8 | 12.1 | 12.5 | 12.9 | 13.2 | 13.6 | 14.0 | 14.3 | 14.7 | 15.1 | 15.4 | 15.8 | 16.2 | 16.5 | 16.9 | 17.3 | 17.6 | 18.0 | 18.4 | 18.7 | 19.1 |
| 164            | 10.0 | 10.4 | 10.8 | 11.2 | 11.5 | 11.9 | 12.3 | 12.6 | 13.0 | 13.4 | 13.8 | 14.1 | 14.5 | 14.9 | 15.2 | 15.6 | 16.0 | 16.4 | 16.7 | 17.1 | 17.5 | 17.8 | 18.2 | 18.6 | 19.0 | 19.3 |
| 163            | 10.2 | 10.5 | 10.9 | 11.3 | 11.7 | 12.0 | 12.4 | 12.8 | 13.2 | 13.5 | 13.9 | 14.3 | 14.7 | 15.1 | 15.4 | 15.8 | 16.2 | 16.6 | 16.9 | 17.3 | 17.7 | 18.1 | 18.4 | 18.8 | 19.2 | 19.6 |
| 162            | 10.3 | 10.7 | 11.1 | 11.4 | 11.8 | 12.2 | 12.6 | 13.0 | 13.3 | 13.7 | 14.1 | 14.5 | 14.9 | 15.2 | 15.6 | 16.0 | 16.4 | 16.8 | 17.1 | 17.5 | 17.9 | 18.3 | 18.7 | 19.1 | 19.4 | 19.8 |
| 161            | 10.4 | 10.8 | 11.2 | 11.6 | 12.0 | 12.3 | 12.7 | 13.1 | 13.5 | 13.9 | 14.3 | 14.7 | 15.0 | 15.4 | 15.8 | 16.2 | 16.6 | 17.0 | 17.4 | 17.7 | 18.1 | 18.5 | 18.9 | 19.3 | 19.7 | 20.1 |
| 160            | 10.5 | 10.9 | 11.3 | 11.7 | 12.1 | 12.5 | 12.9 | 13.3 | 13.7 | 14.1 | 14.5 | 14.8 | 15.2 | 15.6 | 16.0 | 16.4 | 16.8 | 17.2 | 17.6 | 18.0 | 18.4 | 18.8 | 19.1 | 19.5 | 19.9 | 20.3 |
| 159            | 10.7 | 11.1 | 11.5 | 11.9 | 12.3 | 12.7 | 13.1 | 13.4 | 13.8 | 14.2 | 14.6 | 15.0 | 15.4 | 15.8 | 16.2 | 16.6 | 17.0 | 17.4 | 17.8 | 18.2 | 18.6 | 19.0 | 19.4 | 19.8 | 20.2 | 20.6 |
| 158            | 10.8 | 11.2 | 11.6 | 12.0 | 12.4 | 12.8 | 13.2 | 13.6 | 14.0 | 14.4 | 14.8 | 15.2 | 15.6 | 16.0 | 16.4 | 16.8 | 17.2 | 17.6 | 18.0 | 18.4 | 18.8 | 19.2 | 19.6 | 20.0 | 20.4 | 20.8 |
| 157            | 11.0 | 11.4 | 11.8 | 12.2 | 12.6 | 13.0 | 13.4 | 13.8 | 14.2 | 14.6 | 15.0 | 15.4 | 15.8 | 16.2 | 16.6 | 17.0 | 17.4 | 17.9 | 18.3 | 18.7 | 19.1 | 19.5 | 19.9 | 20.3 | 20.7 | 21.1 |
| 156            | 11.1 | 11.5 | 11.9 | 12.3 | 12.7 | 13.1 | 13.6 | 14.0 | 14.4 | 14.8 | 15.2 | 15.6 | 16.0 | 16.4 | 16.8 | 17.3 | 17.7 | 18.1 | 18.5 | 18.9 | 19.3 | 19.7 | 20.1 | 20.5 | 21.0 | 21.4 |
| 155            | 11.2 | 11.7 | 12.1 | 12.5 | 12.9 | 13.3 | 13.7 | 14.2 | 14.6 | 15.0 | 15.4 | 15.8 | 16.2 | 16.6 | 17.1 | 17.5 | 17.9 | 18.3 | 18.7 | 19.1 | 19.6 | 20.0 | 20.4 | 20.8 | 21.2 | 21.6 |
| 154            | 11.4 | 11.8 | 12.2 | 12.6 | 13.1 | 13.5 | 13.9 | 14.3 | 14.8 | 15.2 | 15.6 | 16.0 | 16.4 | 16.9 | 17.3 | 17.7 | 18.1 | 18.6 | 19.0 | 19.4 | 19.8 | 20.2 | 20.7 | 21.1 | 21.5 | 21.9 |
| 153            | 11.5 | 12.0 | 12.4 | 12.8 | 13.2 | 13.7 | 14.1 | 14.5 | 15.0 | 15.4 | 15.8 | 16.2 | 16.7 | 17.1 | 17.5 | 17.9 | 18.4 | 18.8 | 19.2 | 19.7 | 20.1 | 20.5 | 20.9 | 21.4 | 21.8 | 22.2 |
| 152            | 11.7 | 12.1 | 12.6 | 13.0 | 13.4 | 13.9 | 14.3 | 14.7 | 15.1 | 15.6 | 16.0 | 16.4 | 16.9 | 17.3 | 17.7 | 18.2 | 18.6 | 19.0 | 19.5 | 19.9 | 20.3 | 20.8 | 21.2 | 21.6 | 22.1 | 22.5 |
| 151            | 11.8 | 12.3 | 12.7 | 13.2 | 13.6 | 14.0 | 14.5 | 14.9 | 15.4 | 15.8 | 16.2 | 16.7 | 17.1 | 17.5 | 18.0 | 18.4 | 18.9 | 19.3 | 19.7 | 20.2 | 20.6 | 21.1 | 21.5 | 21.9 | 22.4 | 22.8 |
| 150            | 12.0 | 12.4 | 12.9 | 13.3 | 13.8 | 14.2 | 14.7 | 15.1 | 15.6 | 16.0 | 16.4 | 16.9 | 17.3 | 17.8 | 18.2 | 18.7 | 19.1 | 19.6 | 20.0 | 20.4 | 20.9 | 21.3 | 21.8 | 22.2 | 22.7 | 23.1 |
| Peso<br>(kg)   | 27   | 28   | 29   | 30   | 31   | 32   | 33   | 34   | 35   | 36   | 37   | 38   | 39   | 40   | 41   | 42   | 43   | 44   | 45   | 46   | 47   | 48   | 49   | 50   | 51   | 52   |

