



REPÚBLICA DE MOÇAMBIQUE
MINISTÉRIO DA SAÚDE
Direcção Nacional de Saúde Pública

TABELAS DE CRESCIMENTO PARA RAPAZES DOS 0 AOS 18 ANOS DE IDADE

LIVRO DE REFERÊNCIA

MARÇO 2018



RAPAZES

Índice

Instruções de Uso	1
Rapazes 0–5 Anos	5
Peso-para-Idade (0–5 anos)	6
Peso-para-Comprimento (0–2 anos)	8
Peso-para-Altura (2–5 anos)	10
Comprimento-para-Idade (0–2 anos)	12
Altura-para-Idade (2–5 anos)	13
Rapazes 5–18 Anos	15
Peso-para-Idade (5–10 anos)	16
IMC-para-Idade (5–18 anos)	18
Altura-para-Idade (5–18 anos)	19
Tabelas de IMC	21

FICHA TÉCNICA

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

As tabelas 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, Março de 2018

Instruções de Uso

Este livro de referência contém as tabelas 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 tabelas 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 0-23 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 0-23 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 tabelas 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 tabela de crescimento.

Para fácil identificação da tabela 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 tabela 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	✗	✓	✗	✓							
Peso-para-comprimento	✓	✗	✗	✗	Desnutrição aguda grave	Desnutrição aguda moderada	Normal		Sobrepeso	Obesidade	
Peso-para-altura	✗	✓	✗	✗							
IMC-para-idade	✗	✗	✗	✓	Desnutrição aguda grave	Desnutrição aguda moderada	Normal		Sobrepeso	Obesidade	

Instruções de uso das tabelas

1. Seleccione a tabela de acordo com o índice antropométrico e a idade da criança ou adolescente.
2. Determine o estado nutricional de acordo com as tabelas.
 - a. Para as tabelas de peso-para-idade: encontre a idade da criança/adolescente em anos e meses na primeira coluna. Procure com o dedo na linha horizontal (da esquerda para direita) o intervalo onde se encaixa o peso.
 - b. Para as tabelas de peso-para-comprimento/altura: encontre o comprimento/altura da criança/adolescente na primeira coluna. Procure com o dedo na linha horizontal (da esquerda para direita) o intervalo onde se encaixa o peso.
 - c. Para as tabelas de comprimento/altura-para-idade: encontre a idade da criança/adolescente em anos e meses na primeira coluna. Procure com o dedo na linha horizontal (da esquerda para direita) o intervalo onde se encaixa o comprimento/altura.
 - d. Para o IMC-para-idade:
 - Calcule o IMC da criança/adolescente usando uma tabela de cálculo encontrada no fim deste livro de referência ou através da fórmula $[\text{peso} / (\text{altura} \times \text{altura})^2]$, 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 e a coluna do peso cruzam. Este é o IMC.
 - Na tabela de IMC-para-idade, encontre a idade da criança/adolescente em anos e meses na primeira coluna. Procure com o dedo na linha horizontal (da esquerda para direita) o intervalo onde se encaixa o IMC.
3. Interprete o resultado de acordo com o título da coluna.
4. Explique a sua interpretação ao cuidador e/ou à criança/adolescente. Aconselhe-os, e refira a criança/adolescente de acordo com o resultado da tabela encontrado.

N/B: Para o uso da tabela para encontrar o valor de IMC-para-Idade e/ou altura-para-idade para crianças/adolescentes maiores de 5 anos, as idades devem ser agrupadas para o número inteiro mais próximo, como ilustra a tabela a seguir.

Tabela de grupos das faixas etárias para as tabelas de IMC-para-Idade e altura-para-idade para crianças/adolescentes maiores de 5 anos

Idade	Arredondamento da Idade (Anos:Meses)
5 anos e 1 mês	5:0
5 anos e 2 meses	
5 anos e 3 meses	5:6
5 anos e 4 meses	
5 anos e 5 meses	
5 anos e 6 meses	
5 anos e 7 meses	
5 anos e 8 meses	
5 anos e 9 meses	6:0
5 anos e 10 meses	
5 anos e 11 meses	
6 anos e 0 meses	
6 anos e 1 mês	
6 anos e 2 meses	

Exemplos

Peso-para-Idade

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

1. Procure a tabela de peso-para-idade dos rapazes.
2. Procure a idade de 1:1 (1 ano e 1 mês) na primeira coluna, o que corresponde a 13 meses.
3. Procure com o dedo na linha horizontal (da esquerda para direita), o peso do Paulo (7,0 kg).
4. Vai verificar que 7,0 kg está < 7,1 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 tabela de peso-para-comprimento dos rapazes.
2. Procure o comprimento de 55 cm na primeira coluna.
3. Procure com o dedo na linha horizontal (da esquerda para direita), o peso da Maria.
4. Vai verificar que 3,6 kg está entre 3,6–3,7 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 tabela de IMC-para-Idade dos rapazes.
4. Agrupar a idade de 14 anos e 7 meses para 14 anos e 6 meses (14:6).
5. Procure na tabela a linha referente aos 14:6.
6. Procure com o dedo na linha horizontal (de esquerda para direita), o IMC calculado (17,3).
7. Vai verificar que 17,3 está entre 15,7–22,2, na classificação de “normal.”

Rapazes 0–5 Anos

Idade	*Veja nota > +2 DP	Normal ≥ -2 e ≤ +2 DP	Baixo peso moderado ≥ -3 e < -2 DP	Baixo peso grave < -3 DP
Ano:Mês	Peso (kg)	Peso (kg)	Peso (kg)	Peso (kg)
0:0	> 4,4	2,5–4,4	2,1–2,4	< 2,1
0:1	> 5,8	3,4–5,8	2,9–3,3	< 2,9
0:2	> 7,1	4,3–7,1	3,8–4,2	< 3,8
0:3	> 8,0	5,0–8,0	4,4–4,9	< 4,4
0:4	> 8,7	5,6–8,7	4,9–5,5	< 4,9
0:5	> 9,3	6,0–9,3	5,3–5,9	< 5,3
0:6	> 9,8	6,4–9,8	5,7–6,3	< 5,7
0:7	> 10,3	6,7–10,3	5,9–6,6	< 5,9
0:8	> 10,7	6,9–10,7	6,2–6,8	< 6,2
0:9	> 11,0	7,1–11,0	6,4–7,0	< 6,4
0:10	> 11,4	7,4–11,4	6,6–7,3	< 6,6
0:11	> 11,7	7,6–11,7	6,8–7,5	< 6,8
1:0	> 12,0	7,7–12,0	6,9–7,6	< 6,9
1:1	> 12,3	7,9–12,3	7,1–7,8	< 7,1
1:2	> 12,6	8,1–12,6	7,2–8,0	< 7,2
1:3	> 12,8	8,3–12,8	7,4–8,2	< 7,4
1:4	> 13,1	8,4–13,1	7,5–8,3	< 7,5
1:5	> 13,4	8,6–13,4	7,7–8,5	< 7,7
1:6	> 13,7	8,8–13,7	7,8–8,7	< 7,8
1:7	> 13,9	8,9–13,9	8,0–8,8	< 8,0
1:8	> 14,2	9,1–14,2	8,1–9,0	< 8,1
1:9	> 14,5	9,2–14,5	8,2–9,1	< 8,2
1:10	> 14,7	9,4–14,7	8,4–9,3	< 8,4
1:11	> 15,0	9,5–15,0	8,5–9,4	< 8,5
2:0	> 15,3	9,7–15,3	8,6–9,6	< 8,6
2:1	> 15,5	9,8–15,5	8,8–9,7	< 8,8
2:2	> 15,8	10,0–15,8	8,9–9,9	< 8,9
2:3	> 16,1	10,1–16,1	9,0–10,0	< 9,0
2:4	> 16,3	10,2–16,3	9,1–10,1	< 9,1
2:5	> 16,6	10,4–16,6	9,2–10,3	< 9,2
2:6	> 16,9	10,5–16,9	9,4–10,4	< 9,4
2:7	> 17,1	10,7–17,1	9,5–10,6	< 9,5
2:8	> 17,4	10,8–17,4	9,6–10,7	< 9,6
2:9	> 17,6	10,9–17,6	9,7–10,8	< 9,7
2:10	> 17,8	11,0–17,8	9,8–10,9	< 9,8
2:11	> 18,1	11,2–18,1	9,9–11,1	< 9,9
3:0	> 18,3	11,3–18,3	10,0–11,2	< 10,0
3:1	> 18,6	11,4–18,6	10,1–11,3	< 10,1
3:2	> 18,8	11,5–18,8	10,2–11,4	< 10,2
3:3	> 19,0	11,6–19,0	10,3–11,5	< 10,3

Idade	*Veja nota > +2 DP	Normal ≥ -2 e $\leq +2$ DP	Baixo peso moderado ≥ -3 e < -2 DP	Baixo peso grave < -3 DP
Ano:Mês	Peso (kg)	Peso (kg)	Peso (kg)	Peso (kg)
3:4	> 19,3	11,8–19,3	10,4–11,7	< 10,4
3:5	> 19,5	11,9–19,5	10,5–11,8	< 10,5
3:6	> 19,7	12,0–19,7	10,6–11,9	< 10,6
3:7	> 20,0	12,1–20,0	10,7–12,0	< 10,7
3:8	> 20,2	12,2–20,2	10,8–12,1	< 10,8
3:9	> 20,5	12,4–20,5	10,9–12,3	< 10,9
3:10	> 20,7	12,5–20,7	11,0–12,4	< 11,0
3:11	> 20,9	12,6–20,9	11,1–12,5	< 11,1
4:0	> 21,2	12,7–21,2	11,2–12,6	< 11,2
4:1	> 21,4	12,8–21,4	11,3–12,7	< 11,3
4:2	> 21,7	12,9–21,7	11,4–12,8	< 11,4
4:3	> 21,9	13,1–21,9	11,5–13,0	< 11,5
4:4	> 22,2	13,2–22,2	11,6–13,1	< 11,6
4:5	> 22,4	13,3–22,4	11,7–13,2	< 11,7
4:6	> 22,7	13,4–22,7	11,8–13,3	< 11,8
4:7	> 22,9	13,5–22,9	11,9–13,4	< 11,9
4:8	> 23,2	13,6–23,2	12,0–13,5	< 12,0
4:9	> 23,4	13,7–23,4	12,1–13,6	< 12,1
4:10	> 23,7	13,8–23,7	12,2–13,7	< 12,2
4:11	> 23,9	14,0–23,9	12,3–13,9	< 12,3
5:0	> 24,2	14,1–24,2	12,4–14,0	< 12,4

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



Comprimento	Obesidade > + 3 DP	Sobrepeso > +2 e ≤ +3 DP	Normal ≥ -2 e ≤ +2 DP	Desnutrição aguda moderada ≥ -3 e < -2 DP	Desnutrição aguda grave < -3 DP
cm	Peso (kg)	Peso (kg)	Peso (kg)	Peso (kg)	Peso (kg)
45	> 3,3	3,1–3,3	2,0–3,0	1,9–1,9	< 1,9
46	> 3,5	3,2–3,5	2,2–3,1	2,0–2,1	< 2,0
47	> 3,7	3,4–3,7	2,3–3,3	2,1–2,2	< 2,1
48	> 3,9	3,7–3,9	2,5–3,6	2,3–2,4	< 2,3
49	> 4,2	3,9–4,2	2,6–3,8	2,4–2,5	< 2,4
50	> 4,4	4,1–4,4	2,8–4,0	2,6–2,7	< 2,6
51	> 4,7	4,3–4,7	3,0–4,2	2,7–2,9	< 2,7
52	> 5,0	4,6–5,0	3,2–4,5	2,9–3,1	< 2,9
53	> 5,3	4,9–5,3	3,4–4,8	3,1–3,3	< 3,1
54	> 5,6	5,2–5,6	3,6–5,1	3,3–3,5	< 3,3
55	> 6,0	5,5–6,0	3,8–5,4	3,6–3,7	< 3,6
56	> 6,3	5,9–6,3	4,1–5,8	3,8–4,0	< 3,8
57	> 6,7	6,2–6,7	4,3–6,1	4,0–4,2	< 4,0
58	> 7,1	6,5–7,1	4,6–6,4	4,3–4,5	< 4,3
59	> 7,4	6,9–7,4	4,8–6,8	4,5–4,7	< 4,5
60	> 7,8	7,2–7,8	5,1–7,1	4,7–5,0	< 4,7
61	> 8,1	7,5–8,1	5,3–7,4	4,9–5,2	< 4,9
62	> 8,5	7,8–8,5	5,6–7,7	5,1–5,5	< 5,1
63	> 8,8	8,1–8,8	5,8–8,0	5,3–5,7	< 5,3
64	> 9,1	8,4–9,1	6,0–8,3	5,5–5,9	< 5,5
65	> 9,4	8,7–9,4	6,2–8,6	5,7–6,1	< 5,7
66	> 9,7	9,0–9,7	6,4–8,9	5,9–6,3	< 5,9
67	> 10,0	9,3–10,0	6,6–9,2	6,1–6,5	< 6,1
68	> 10,3	9,5–10,3	6,8–9,4	6,3–6,7	< 6,3
69	> 10,6	9,8–10,6	7,0–9,7	6,5–6,9	< 6,5
70	> 10,9	10,1–10,9	7,2–10,0	6,6–7,1	< 6,6
71	> 11,2	10,3–11,2	7,4–10,2	6,8–7,3	< 6,8
72	> 11,5	10,6–11,5	7,6–10,5	7,0–7,5	< 7,0
73	> 11,8	10,9–11,8	7,7–10,8	7,2–7,6	< 7,2
74	> 12,1	11,1–12,1	7,9–11,0	7,3–7,8	< 7,3
75	> 12,3	11,4–12,3	8,1–11,3	7,5–8,0	< 7,5
76	> 12,6	11,6–12,6	8,3–11,5	7,6–8,2	< 7,6
77	> 12,8	11,8–12,8	8,4–11,7	7,8–8,3	< 7,8
78	> 13,1	12,1–13,1	8,6–12,0	7,9–8,5	< 7,9
79	> 13,3	12,3–13,3	8,7–12,2	8,1–8,6	< 8,1
80	> 13,6	12,5–13,6	8,9–12,4	8,2–8,8	< 8,2
81	> 13,8	12,7–13,8	9,1–12,6	8,4–9,0	< 8,4
82	> 14,0	12,9–14,0	9,2–12,8	8,5–9,1	< 8,5
83	> 14,3	13,2–14,3	9,4–13,1	8,7–9,3	< 8,7



Comprimento	Obesidade > + 3 DP	Sobrepeso > +2 e ≤ +3 DP	Normal ≥ -2 e ≤ +2 DP	Desnutrição aguda moderada ≥ -3 e < -2 DP	Desnutrição aguda grave < -3 DP
cm	Peso (kg)	Peso (kg)	Peso (kg)	Peso (kg)	Peso (kg)
84	> 14,6	13,4–14,6	9,6–13,3	8,9–9,5	< 8,9
85	> 14,9	13,7–14,9	9,8–13,6	9,1–9,7	< 9,1
86	> 15,2	14,0–15,2	10,0–13,9	9,3–9,9	< 9,3
87	> 15,5	14,3–15,5	10,2–14,2	9,5–10,1	< 9,5
88	> 15,8	14,6–15,8	10,5–14,5	9,7–10,4	< 9,7
89	> 16,1	14,8–16,1	10,7–14,7	9,9–10,6	< 9,9
90	> 16,4	15,1–16,4	10,9–15,0	10,1–10,8	< 10,1
91	> 16,7	15,4–16,7	11,1–15,3	10,3–11,0	< 10,3
92	> 17,0	15,7–17,0	11,3–15,6	10,5–11,2	< 10,5
93	> 17,3	15,9–17,3	11,5–15,8	10,7–11,4	< 10,7
94	> 17,6	16,2–17,6	11,7–16,1	10,8–11,6	< 10,8
95	> 17,9	16,5–17,9	11,9–16,4	11,0–11,8	< 11,0
96	> 18,2	16,8–18,2	12,1–16,7	11,2–12,0	< 11,2
97	> 18,5	17,1–18,5	12,3–17,0	11,4–12,2	< 11,4
98	> 18,9	17,4–18,9	12,5–17,3	11,6–12,4	< 11,6
99	> 19,2	17,7–19,2	12,7–17,6	11,8–12,6	< 11,8
100	> 19,6	18,1–19,6	12,9–18,0	12,0–12,8	< 12,0
101	> 20,0	18,4–20,0	13,2–18,3	12,2–13,1	< 12,2
102	> 20,4	18,8–20,4	13,4–18,7	12,4–13,3	< 12,4
103	> 20,8	19,1–20,8	13,6–19,0	12,6–13,5	< 12,6
104	> 21,2	19,5–21,2	13,9–19,4	12,8–13,8	< 12,8
105	> 21,7	19,9–21,7	14,1–19,8	13,0–14,0	< 13,0
106	> 22,1	20,3–22,1	14,4–20,2	13,3–14,3	< 13,3
107	> 22,6	20,7–22,6	14,6–20,6	13,5–14,5	< 13,5
108	> 23,1	21,1–23,1	14,9–21,0	13,7–14,8	< 13,7
109	> 23,6	21,5–23,6	15,1–21,4	14,0–15,0	< 14,0
110	> 24,1	22,0–24,1	15,4–21,9	14,2–15,3	< 14,2

Altura	Obesidade > +3 DP	Sobrepeso > +2 e ≤ +3 DP	Normal ≥ -2 e ≤ +2 DP	Desnutrição aguda moderada ≥ -3 e < -2 DP	Desnutrição aguda grave < -3 DP
cm	Peso (kg)	Peso (kg)	Peso (kg)	Peso (kg)	Peso (kg)
65	> 9,6	8,9–9,6	6,3–8,8	5,9–6,2	< 5,9
66	> 9,9	9,2–9,9	6,5–9,1	6,1–6,4	< 6,1
67	> 10,2	9,5–10,2	6,7–9,4	6,2–6,6	< 6,2
68	> 10,5	9,7–10,5	6,9–9,6	6,4–6,8	< 6,4
69	> 10,8	10,0–10,8	7,1–9,9	6,6–7,0	< 6,6
70	> 11,1	10,3–11,1	7,3–10,2	6,8–7,2	< 6,8
71	> 11,4	10,5–11,4	7,5–10,4	6,9–7,4	< 6,9
72	> 11,7	10,8–11,7	7,7–10,7	7,1–7,6	< 7,1
73	> 12,0	11,1–12,0	7,9–11,0	7,3–7,8	< 7,3
74	> 12,2	11,3–12,2	8,0–11,2	7,4–7,9	< 7,4
75	> 12,5	11,5–12,5	8,2–11,4	7,6–8,1	< 7,6
76	> 12,8	11,8–12,8	8,4–11,7	7,7–8,3	< 7,7
77	> 13,0	12,0–13,0	8,5–11,9	7,9–8,4	< 7,9
78	> 13,3	12,2–13,3	8,7–12,1	8,0–8,6	< 8,0
79	> 13,5	12,4–13,5	8,8–12,3	8,2–8,7	< 8,2
80	> 13,7	12,7–13,7	9,0–12,6	8,3–8,9	< 8,3
81	> 14,0	12,9–14,0	9,2–12,8	8,5–9,1	< 8,5
82	> 14,2	13,1–14,2	9,3–13,0	8,7–9,2	< 8,7
83	> 14,5	13,4–14,5	9,5–13,3	8,8–9,4	< 8,8
84	> 14,8	13,6–14,8	9,7–13,5	9,0–9,6	< 9,0
85	> 15,1	13,9–15,1	10,0–13,8	9,2–9,9	< 9,2
86	> 15,4	14,2–15,4	10,2–14,1	9,4–10,1	< 9,4
87	> 15,7	14,5–15,7	10,4–14,4	9,6–10,3	< 9,6
88	> 16,0	14,8–16,0	10,6–14,7	9,8–10,5	< 9,8
89	> 16,3	15,0–16,3	10,8–14,9	10,0–10,7	< 10,0
90	> 16,6	15,3–16,6	11,0–15,2	10,2–10,9	< 10,2
91	> 16,9	15,6–16,9	11,2–15,5	10,4–11,1	< 10,4
92	> 17,2	15,9–17,2	11,4–15,8	10,6–11,3	< 10,6
93	> 17,5	16,1–17,5	11,6–16,0	10,8–11,5	< 10,8
94	> 17,8	16,4–17,8	11,8–16,3	11,0–11,7	< 11,0
95	> 18,1	16,7–18,1	12,0–16,6	11,1–11,9	< 11,1
96	> 18,4	17,0–18,4	12,2–16,9	11,3–12,1	< 11,3
97	> 18,8	17,3–18,8	12,4–17,2	11,5–12,3	< 11,5
98	> 19,1	17,6–19,1	12,6–17,5	11,7–12,5	< 11,7
99	> 19,5	18,0–19,5	12,9–17,9	11,9–12,8	< 11,9
100	> 19,9	18,3–19,9	13,1–18,2	12,1–13,0	< 12,1
101	> 20,3	18,6–20,3	13,3–18,5	12,3–13,2	< 12,3
102	> 20,7	19,0–20,7	13,6–18,9	12,5–13,5	< 12,5
103	> 21,1	19,4–21,1	13,8–19,3	12,8–13,7	< 12,8

Altura	Obesidade > +3 DP	Sobrepeso > +2 e ≤ +3 DP	Normal ≥ -2 e ≤ +2 DP	Desnutrição aguda moderada ≥ -3 e < -2 DP	Desnutrição aguda grave < -3 DP
cm	Peso (kg)	Peso (kg)	Peso (kg)	Peso (kg)	Peso (kg)
104	> 21,6	19,8–21,6	14,0–19,7	13,0–13,9	< 13,0
105	> 22,0	20,2–22,0	14,3–20,1	13,2–14,2	< 13,2
106	> 22,5	20,6–22,5	14,5–20,5	13,4–14,4	< 13,4
107	> 22,9	21,0–22,9	14,8–20,9	13,7–14,7	< 13,7
108	> 23,4	21,4–23,4	15,1–21,3	13,9–15,0	< 13,9
109	> 23,9	21,9–23,9	15,3–21,8	14,1–15,2	< 14,1
110	> 24,4	22,3–24,4	15,6–22,2	14,4–15,5	< 14,4
111	> 25,0	22,8–25,0	15,9–22,7	14,6–15,8	< 14,6
112	> 25,5	23,2–25,5	16,2–23,1	14,9–16,1	< 14,9
113	> 26,0	23,7–26,0	16,5–23,6	15,2–16,4	< 15,2
114	> 26,6	24,2–26,6	16,8–24,1	15,4–16,7	< 15,4
115	> 27,2	24,7–27,2	17,1–24,6	15,7–17,0	< 15,7
116	> 27,8	25,2–27,8	17,4–25,1	16,0–17,3	< 16,0
117	> 28,3	25,7–28,3	17,7–25,6	16,2–17,6	< 16,2
118	> 28,9	26,2–28,9	18,0–26,1	16,5–17,9	< 16,5
119	> 29,5	26,7–29,5	18,3–26,6	16,8–18,2	< 16,8
120	> 30,1	27,3–30,1	18,6–27,2	17,1–18,5	< 17,1



Idade	*Veja nota > +2 DP	Normal ≥ -2 e $\leq +2$ DP	Desnutrição crónica moderada ≥ -3 e < -2 DP	Desnutrição crónica grave < -3 DP
Ano:Mês	Comprimento (cm)	Comprimento (cm)	Comprimento (cm)	Comprimento (cm)
0:0	> 53,7	46,1–53,7	44,2–46,0	< 44,2
0:1	> 58,6	50,8–58,6	48,9–50,7	< 48,9
0:2	> 62,4	54,4–62,4	52,4–54,3	< 52,4
0:3	> 65,5	57,3–65,5	55,3–57,2	< 55,3
0:4	> 68,0	59,7–68,0	57,6–59,6	< 57,6
0:5	> 70,1	61,7–70,1	59,6–61,6	< 59,6
0:6	> 71,9	63,3–71,9	61,2–63,2	< 61,2
0:7	> 73,5	64,8–73,5	62,7–64,7	< 62,7
0:8	> 75,0	66,2–75,0	64,0–66,1	< 64,0
0:9	> 76,5	67,5–76,5	65,2–67,4	< 65,2
0:10	> 77,9	68,7–77,9	66,4–68,6	< 66,4
0:11	> 79,2	69,9–79,2	67,6–69,8	< 67,6
1:0	> 80,5	71,0–80,5	68,6–70,9	< 68,6
1:1	> 81,8	72,1–81,8	69,6–72,0	< 69,6
1:2	> 83,0	73,1–83,0	70,6–73,0	< 70,6
1:3	> 84,2	74,1–84,2	71,6–74,0	< 71,6
1:4	> 85,4	75,0–85,4	72,5–74,9	< 72,5
1:5	> 86,5	76,0–86,5	73,3–75,9	< 73,3
1:6	> 87,7	76,9–87,7	74,2–76,8	< 74,2
1:7	> 88,8	77,7–88,8	75,0–77,6	< 75,0
1:8	> 89,8	78,6–89,8	75,8–78,5	< 75,8
1:9	> 90,9	79,4–90,9	76,5–79,3	< 76,5
1:10	> 91,9	80,2–91,9	77,2–80,1	< 77,2
1:11	> 92,9	81,0–92,9	78,0–80,9	< 78,0
2:0	> 93,9	81,7–93,9	78,7–81,6	< 78,7

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

Idade	*Veja nota > +2 DP	Normal ≥ -2 e ≤ +2 DP	Desnutrição crônica moderada ≥ -3 e < -2 DP	Desnutrição crônica grave < -3 DP
Ano:Mês	Altura (cm)	Altura (cm)	Altura (cm)	Altura (cm)
2:0	> 93,2	81,0–93,2	78,0–80,9	< 78,0
2:1	> 94,2	81,7–94,2	78,6–81,6	< 78,6
2:2	> 95,2	82,5–95,2	79,3–82,4	< 79,3
2:3	> 96,1	83,1–96,1	79,9–83,0	< 79,9
2:4	> 97,0	83,8–97,0	80,5–83,7	< 80,5
2:5	> 97,9	84,5–97,9	81,1–84,4	< 81,1
2:6	> 98,7	85,1–98,7	81,7–85,0	< 81,7
2:7	> 99,6	85,7–99,6	82,3–85,6	< 82,3
2:8	> 100,4	86,4–100,4	82,8–86,3	< 82,8
2:9	> 101,2	86,9–101,2	83,4–86,8	< 83,4
2:10	> 102,0	87,5–102,0	83,9–87,4	< 83,9
2:11	> 102,7	88,1–102,7	84,4–88,0	< 84,4
3:0	> 103,5	88,7–103,5	85,0–88,6	< 85,0
3:1	> 104,2	89,2–104,2	85,5–89,1	< 85,5
3:2	> 105,0	89,8–105,0	86,0–89,7	< 86,0
3:3	> 105,7	90,3–105,7	86,5–90,2	< 86,5
3:4	> 106,4	90,9–106,4	87,0–90,8	< 87,0
3:5	> 107,1	91,4–107,1	87,5–91,3	< 87,5
3:6	> 107,8	91,9–107,8	88,0–91,8	< 88,0
3:7	> 108,5	92,4–108,5	88,4–92,3	< 88,4
3:8	> 109,1	93,0–109,1	88,9–92,9	< 88,9
3:9	> 109,8	93,5–109,8	89,4–93,4	< 89,4
3:10	> 110,4	94,0–110,4	89,8–93,9	< 89,8
3:11	> 111,1	94,4–111,1	90,3–94,3	< 90,3
4:0	> 111,7	94,9–111,7	90,7–94,8	< 90,7
4:1	> 112,4	95,4–112,4	91,2–95,3	< 91,2
4:2	> 113,0	95,9–113,0	91,6–95,8	< 91,6
4:3	> 113,6	96,4–113,6	92,1–96,3	< 92,1
4:4	> 114,2	96,9–114,2	92,5–96,8	< 92,5
4:5	> 114,9	97,4–114,9	93,0–97,3	< 93,0
4:6	> 115,5	97,8–115,5	93,4–97,7	< 93,4
4:7	> 116,1	98,3–116,1	93,9–98,2	< 93,9
4:8	> 116,7	98,8–116,7	94,3–98,7	< 94,3
4:9	> 117,4	99,3–117,4	94,7–99,2	< 94,7
4:10	> 118,0	99,7–118,0	95,2–99,6	< 95,2
4:11	> 118,6	100,2–118,6	95,6–100,1	< 95,6
5:0	> 119,2	100,7–119,2	96,1–100,6	< 96,1

* 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

Idade	*Veja nota > +2 DP	Normal ≥ -2 e ≤ +2 DP	Baixo peso moderado ≥ -3 e < -2 DP	Baixo peso grave < -3 DP
Ano:Mês	Peso (kg)	Peso (kg)	Peso (kg)	Peso (kg)
5:1	> 24,2	14,4–24,2	12,7–14,3	< 12,7
5:2	> 24,4	14,5–24,4	12,8–14,4	< 12,8
5:3	> 24,7	14,6–24,7	13,0–14,5	< 13,0
5:4	> 24,9	14,8–24,9	13,1–14,7	< 13,1
5:5	> 25,2	14,9–25,2	13,2–14,8	< 13,2
5:6	> 25,5	15,0–25,5	13,3–14,9	< 13,3
5:7	> 25,7	15,2–25,7	13,4–15,1	< 13,4
5:8	> 26,0	15,3–26,0	13,6–15,2	< 13,6
5:9	> 26,3	15,4–26,3	13,7–15,3	< 13,7
5:10	> 26,6	15,6–26,6	13,8–15,5	< 13,8
5:11	> 26,8	15,7–26,8	13,9–15,6	< 13,9
6:0	> 27,1	15,9–27,1	14,1–15,8	< 14,1
6:1	> 27,4	16,0–27,4	14,2–15,9	< 14,2
6:2	> 27,7	16,2–27,7	14,3–16,1	< 14,3
6:3	> 28,0	16,3–28,0	14,5–16,2	< 14,5
6:4	> 28,3	16,5–28,3	14,6–16,4	< 14,6
6:5	> 28,6	16,6–28,6	14,7–16,5	< 14,7
6:6	> 28,9	16,8–28,9	14,9–16,7	< 14,9
6:7	> 29,2	16,9–29,2	15,0–16,8	< 15,0
6:8	> 29,5	17,1–29,5	15,1–17,0	< 15,1
6:9	> 29,8	17,2–29,8	15,3–17,1	< 15,3
6:10	> 30,1	17,4–30,1	15,4–17,3	< 15,4
6:11	> 30,4	17,5–30,4	15,5–17,4	< 15,5
7:0	> 30,7	17,7–30,7	15,7–17,6	< 15,7
7:1	> 31,0	17,8–31,0	15,8–17,7	< 15,8
7:2	> 31,3	18,0–31,3	15,9–17,9	< 15,9
7:3	> 31,7	18,1–31,7	16,1–18,0	< 16,1
7:4	> 32,0	18,3–32,0	16,2–18,2	< 16,2
7:5	> 32,3	18,4–32,3	16,3–18,3	< 16,3
7:6	> 32,6	18,6–32,6	16,5–18,5	< 16,5
7:7	> 33,0	18,7–33,0	16,6–18,6	< 16,6
7:8	> 33,3	18,9–33,3	16,7–18,8	< 16,7
7:9	> 33,7	19,0–33,7	16,9–18,9	< 16,9
7:10	> 34,0	19,2–34,0	17,0–19,1	< 17,0
7:11	> 34,4	19,3–34,4	17,1–19,2	< 17,1
8:0	> 34,7	19,5–34,7	17,3–19,4	< 17,3
8:1	> 35,1	19,6–35,1	17,4–19,5	< 17,4
8:2	> 35,5	19,8–35,5	17,5–19,7	< 17,5
8:3	> 35,8	19,9–35,8	17,7–19,8	< 17,7
8:4	> 36,2	20,1–36,2	17,8–20,0	< 17,8

Idade	*Veja nota > +2 DP	Normal ≥ -2 e $\leq +2$ DP	Baixo peso moderado ≥ -3 e < -2 DP	Baixo peso grave < -3 DP
Ano:Mês	Peso (kg)	Peso (kg)	Peso (kg)	Peso (kg)
8:5	> 36,6	20,2–36,6	17,9–20,1	< 17,9
8:6	> 37,0	20,4–37,0	18,1–20,3	< 18,1
8:7	> 37,4	20,5–37,4	18,2–20,4	< 18,2
8:8	> 37,8	20,7–37,8	18,3–20,6	< 18,3
8:9	> 38,2	20,8–38,2	18,4–20,7	< 18,4
8:10	> 38,6	21,0–38,6	18,6–20,9	< 18,6
8:11	> 39,0	21,1–39,0	18,7–21,0	< 18,7
9:0	> 39,4	21,3–39,4	18,8–21,2	< 18,8
9:1	> 39,9	21,4–39,9	18,9–21,3	< 18,9
9:2	> 40,3	21,6–40,3	19,1–21,5	< 19,1
9:3	> 40,7	21,7–40,7	19,2–21,6	< 19,2
9:4	> 41,2	21,9–41,2	19,3–21,8	< 19,3
9:5	> 41,7	22,1–41,7	19,5–22,0	< 19,5
9:6	> 42,1	22,2–42,1	19,6–22,1	< 19,6
9:7	> 42,6	22,4–42,6	19,7–22,3	< 19,7
9:8	> 43,1	22,5–43,1	19,9–22,4	< 19,9
9:9	> 43,5	22,7–43,5	20,0–22,6	< 20,0
9:10	> 44,0	22,9–44,0	20,1–22,8	< 20,1
9:11	> 44,5	23,0–44,5	20,3–22,9	< 20,3
10:0	> 45,0	23,2–45,0	20,4–23,1	< 20,4

* Uma criança neste intervalo deve ser avaliada através do IMC-para-idade para detectar se existe um problema de crescimento ou não.

Idade	Obesidade > +2 DP	Sobrepeso > +1 e ≤ +2 DP	Normal ≥ -2 e ≤ +1 DP	Desnutrição aguda moderada ≥ -3 e < -2 DP	Desnutrição aguda grave < -3 DP
Ano:Mês	IMC (kg/m ²)	IMC (kg/m ²)	IMC (kg/m ²)	IMC (kg/m ²)	IMC (kg/m ²)
5:1	> 18,3	16,7–18,3	13,0–16,6	12,1–12,9	< 12,1
5:6	> 18,4	16,8–18,4	13,0–16,7	12,1–12,9	< 12,1
6:0	> 18,5	16,9–18,5	13,0–16,8	12,1–12,9	< 12,1
6:6	> 18,7	17,0–18,7	13,1–16,9	12,2–13,0	< 12,2
7:0	> 19,0	17,1–19,0	13,1–17,0	12,3–13,0	< 12,3
7:6	> 19,3	17,3–19,3	13,2–17,2	12,3–13,1	< 12,3
8:0	> 19,7	17,5–19,7	13,3–17,4	12,4–13,2	< 12,4
8:6	> 20,1	17,8–20,1	13,4–17,7	12,5–13,3	< 12,5
9:0	> 20,5	18,0–20,5	13,5–17,9	12,6–13,4	< 12,6
9:6	> 20,9	18,3–20,9	13,6–18,2	12,7–13,5	< 12,7
10:0	> 21,4	18,6–21,4	13,7–18,5	12,8–13,6	< 12,8
10:6	> 21,9	18,9–21,9	13,9–18,8	12,9–13,8	< 12,9
11:0	> 22,5	19,3–22,5	14,1–19,2	13,1–14,0	< 13,1
11:6	> 23,0	19,6–23,0	14,2–19,5	13,2–14,1	< 13,2
12:0	> 23,6	20,0–23,6	14,5–19,9	13,4–14,4	< 13,4
12:6	> 24,2	20,5–24,2	14,7–20,4	13,6–14,6	< 13,6
13:0	> 24,8	20,9–24,8	14,9–20,8	13,8–14,8	< 13,8
13:6	> 25,3	21,4–25,3	15,2–21,3	14,0–15,1	< 14,0
14:0	> 25,9	21,9–25,9	15,5–21,8	14,3–15,4	< 14,3
14:6	> 26,5	22,3–26,5	15,7–22,2	14,5–15,6	< 14,5
15:0	> 27,0	22,8–27,0	16,0–22,7	14,7–15,9	< 14,7
15:6	> 27,4	23,2–27,4	16,3–23,1	14,9–16,2	< 14,9
16:0	> 27,9	23,6–27,9	16,5–23,5	15,1–16,4	< 15,1
16:6	> 28,3	24,0–28,3	16,7–23,9	15,3–16,6	< 15,3
17:0	> 28,6	24,4–28,6	16,9–24,3	15,4–16,8	< 15,4
17:6	> 29,0	24,7–29,0	17,1–24,6	15,6–17,0	< 15,6
18:0	> 29,2	25,0–29,2	17,3–24,9	15,7–17,2	< 15,7

Idade	*Veja nota > +2 DP	Normal ≥ -2 e ≤ +2 DP	Desnutrição crónica moderada ≥ -3 e < -2 DP	Desnutrição crónica grave < -3 DP
Ano:Mês	Altura (cm)	Altura (cm)	Altura (cm)	Altura (cm)
5:1	> 119,4	101,1–119,4	96,5–101,0	< 96,5
5:6	> 122,4	103,4–122,4	98,7–103,3	< 98,7
6:0	> 125,8	106,1–125,8	101,2–106,0	< 101,2
6:6	> 129,1	108,7–129,1	103,6–108,6	< 103,6
7:0	> 132,3	111,2–132,3	105,9–111,1	< 105,9
7:6	> 135,5	113,6–135,5	108,1–113,5	< 108,1
8:0	> 138,6	116,0–138,6	110,3–115,9	< 110,3
8:6	> 141,6	118,3–141,6	112,4–118,2	< 112,4
9:0	> 144,6	120,5–144,6	114,5–120,4	< 114,5
9:6	> 147,6	122,8–147,6	116,6–122,7	< 116,6
10:0	> 150,5	125,0–150,5	118,7–124,9	< 118,7
10:6	> 153,5	127,3–153,5	120,7–127,2	< 120,7
11:0	> 156,6	129,7–156,6	122,9–129,6	< 122,9
11:6	> 159,8	132,2–159,8	125,3–132,1	< 125,3
12:0	> 163,3	134,9–163,3	127,8–134,8	< 127,8
12:6	> 167,0	137,9–167,0	130,7–137,8	< 130,7
13:0	> 170,9	141,2–170,9	133,8–141,1	< 133,8
13:6	> 174,8	144,5–174,8	137,0–144,4	< 137,0
14:0	> 178,6	147,8–178,6	140,1–147,7	< 140,1
14:6	> 181,8	150,8–181,8	143,0–150,7	< 143,0
15:0	> 184,6	153,4–184,6	145,5–153,3	< 145,5
15:6	> 186,8	155,5–186,8	147,7–155,4	< 147,7
16:0	> 188,4	157,4–188,4	149,6–157,3	< 149,6
16:6	> 189,7	158,8–189,7	151,1–158,7	< 151,1
17:0	> 190,4	159,9–190,4	152,2–159,8	< 152,2
17:6	> 190,9	160,6–190,9	153,1–160,5	< 153,1
18:0	> 191,1	161,2–191,1	153,7–161,1	< 153,7

* 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 (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 (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 (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 (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 (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 (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	

