

Nombre: Agustin Sagripantti

Legajo: 417161

Curso: 1R5

ÍNDICE DE MASA CORPORAL (IMC)

El índice de masa corporal es una medida que indica si una persona se encuentra en un peso adecuado según su altura. De ésta manera, permite clasificar el estado nutricional de una persona en diferentes categorías.

La fórmula del IMC es la siguiente:

$$\text{IMC} = \text{Peso (Kg)} / [\text{Altura (m)}]^2$$

La tabla de clasificación es la siguiente:

IMC	CLASIFICACIÓN
<18,5	Bajo peso
18,5 - 24,9	Peso normal
25 - 29,9	Sobrepeso
>30	Obesidad

A pesar de que éste índice es muy útil para detectar posibles riesgos de enfermedades y promover hábitos de vida más beneficiosos, tiene ciertas limitaciones. Una de ellas es que no diferencia entre masa muscular y grasa, y puede ser erróneo en algunos casos. Por ejemplo, un deportista muy musculoso que tiene un IMC alto, no significa que sufra sobrepeso.

Por lo tanto, aunque es una herramienta muy accesible y útil para conocer qué tan saludable es nuestro peso, siempre es recomendable consultar con un profesional para una evaluación más completa.

Repositorio de GitHub:

<https://github.com/AgustinSagripantti/TP3-Informatica>