

# Índice de Masa Corporal (IMC)

## ¿Qué es el Índice de Masa Corporal?

El **Índice de Masa Corporal (IMC)** o *Body Mass Index (BMI)* es una medida utilizada para estimar si una persona tiene un peso saludable en relación con su altura. Se calcula dividiendo el peso de una persona (en kilogramos) por el cuadrado de su altura (en metros).

$$\text{IMC} = \frac{\text{peso (kg)}}{\text{altura (m)}^2}$$

Aunque el IMC no distingue entre masa muscular y grasa corporal, es una herramienta útil y ampliamente aceptada para estimar el estado nutricional en poblaciones y detectar posibles factores de riesgo.

## Clasificación según el IMC

La siguiente tabla muestra la clasificación estándar de la Organización Mundial de la Salud (OMS):

IMC (kg/m <sup>2</sup> )	Clasificación
Menor a 18.5	Bajo peso
18.5 a 24.9	Peso normal
25.0 a 29.9	Sobrepeso
30.0 o más	Obesidad

## Importancia del IMC en la salud pública

En los Estados Unidos, se estima que dos tercios de la población presentan sobrepeso, y aproximadamente la mitad de ellos sufren obesidad. Esta situación ha generado un notable aumento en enfermedades crónicas como la diabetes tipo 2 y las enfermedades cardiovasculares.

El IMC permite a profesionales de la salud realizar una evaluación inicial del estado nutricional de un individuo y orientar intervenciones tempranas que ayuden a prevenir complicaciones.

## Repositorio del código

El programa desarrollado en lenguaje C para calcular el IMC se encuentra disponible en el siguiente repositorio público:

- **Repositorio:** <https://github.com/Pucheta07/bmicalculadora>