Existem alguns modos de medida para fontes:

Cm, mm, in( inches,polegada), px,pt(ponto), pc que são as medidas absolutas

Existem tambem as medidas relativas:

Em(medida relativa ao tamanho atual da fonte), ex(relativo a altura x), rem(relativa ao root, fonte que esta configurada no body), vw (relativa a porcentagem da largura (width) da viewport, vh( relativa a porcentagem da altura da viewport).

As que são usadas geralmente são px e em.

16 px é igual a 1em.

A recomendação da W3C, é usar para sites o px e o em, mas o mais recomendavel é usar o em