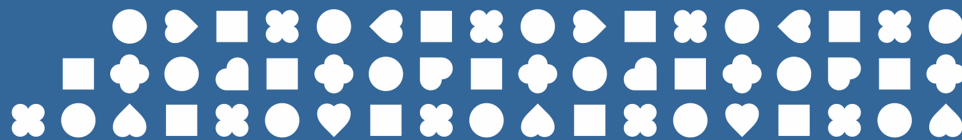


ЕСТЬ ЛИ У ВАС ОЖИРЕНИЕ ?



ОПРЕДЕЛИТЕ СВОЙ ИНДЕКС МАССЫ ТЕЛА:

$$\text{ИМТ} = \text{вес в кг} / \text{рост в м}^2$$

Оптимальный вес — ИМТ 18,5–24,9

Избыточный вес — ИМТ 25,0–29,9

Развитие ожирения — ИМТ больше 30,0

ЗДОРОВЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ ОКРУЖНОСТИ ТАЛИИ:

у женщин — до 80 см

у мужчин — до 94 см



Центр общественного здоровья
и медицинской профилактики
КОГБУЗ «МИАЦ, ЦОЗМП»