

IMC en el adulto mayor: calculadora para personas de 65 años o más

Calcula el IMC de una persona mayor y aprende a interpretarlo: a partir de los 65 años importan tanto el peso como conservar el músculo.

✓ Revisado por ElCoach Ibrahim · 26 de octubre de 2026

IMC en personas de 65 años o más: pesos por estatura

Estatura	● Bajo peso IMC < 23,0	● Normal 23,0–27,9	● Sobrepeso 28,0–31,9	● Obesidad IMC ≥ 32,0
1,45 m	menos de 48,4 kg	48,4–58,7 kg	58,9–67,1 kg	67,3 kg o más
1,50 m	menos de 51,8 kg	51,8–62,8 kg	63,0–71,8 kg	72,0 kg o más
1,55 m	menos de 55,3 kg	55,3–67,0 kg	67,3–76,6 kg	76,9 kg o más
1,60 m	menos de 58,9 kg	58,9–71,4 kg	71,7–81,7 kg	81,9 kg o más
1,65 m	menos de 62,6 kg	62,6–76,0 kg	76,2–86,8 kg	87,1 kg o más
1,70 m	menos de 66,5 kg	66,5–80,6 kg	80,9–92,2 kg	92,5 kg o más
1,75 m	menos de 70,4 kg	70,4–85,4 kg	85,8–97,7 kg	98,0 kg o más
1,80 m	menos de 74,5 kg	74,5–90,4 kg	90,7–103,4 kg	103,7 kg o más
1,85 m	menos de 78,7 kg	78,7–95,5 kg	95,8–109,2 kg	109,5 kg o más
1,90 m	menos de 83,0 kg	83,0–100,7 kg	101,1–115,2 kg	115,5 kg o más

Puntos de corte: Organización Panamericana de la Salud (OPS), Guía clínica para atención primaria a las personas adultas mayores, módulo 5: Valoración nutricional del adulto mayor (2002). Puntos de corte adoptados por el Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia (2024) y el Ministerio de Salud del Perú (2013).

 **Aviso:** la información y las calculadoras de IMC Latino son orientativas y educativas. No sustituyen el diagnóstico ni el consejo de un profesional de la salud. Si estás embarazada, tienes una enfermedad crónica o te preocupa tu peso, consulta con tu médico o nutricionista. Leer el aviso médico.

Las calculadoras y tablas de IMC Latino son orientativas y no sustituyen la valoración de un profesional de la salud.

IMC Latino es operado por Thinkly for Digital Business.