

Tabla de IMC: clasificación de la OMS para mujeres y hombres

La tabla de IMC oficial de la OMS y los pesos que corresponden a cada categoría según tu estatura, lista para imprimir en PDF.

✓ Revisado por ElCoach Ibrahim · 26 de octubre de 2026

Clasificación del IMC en adultos según la OMS	
Categoría	IMC (kg/m²)
● Delgadez severa	Menos de 16,0
● Delgadez moderada	16,0 a 16,9
● Delgadez leve	17,0 a 18,4
● Peso normal	18,5 a 24,9
● Sobrepeso (preobesidad)	25,0 a 29,9
● Obesidad grado I	30,0 a 34,9
● Obesidad grado II	35,0 a 39,9
● Obesidad grado III	40,0 o más

Fuente: OMS, Obesity: preventing and managing the global epidemic (TRS 894) y OMS, Physical status (TRS 854).

Tabla de IMC para mujeres

Mujeres: peso según la estatura en cada categoría de IMC				
Estatura	● Bajo peso IMC < 18,5	● Normal 18,5–24,9	● Sobrepeso 25–29,9	● Obesidad IMC ≥ 30
1,45 m (4 ft 9 in)	menos de 38,9 kg	38,9–52,4 kg	52,6–62,9 kg	63,1 kg o más
1,50 m (4 ft 11 in)	menos de 41,6 kg	41,6–56,0 kg	56,3–67,3 kg	67,5 kg o más
1,55 m (5 ft 1 in)	menos de 44,4 kg	44,4–59,8 kg	60,1–71,8 kg	72,1 kg o más
1,60 m (5 ft 3 in)	menos de 47,4 kg	47,4–63,7 kg	64,0–76,5 kg	76,8 kg o más
1,65 m (5 ft 5 in)	menos de 50,4 kg	50,4–67,8 kg	68,1–81,4 kg	81,7 kg o más
1,70 m (5 ft 7 in)	menos de 53,5 kg	53,5–72,0 kg	72,3–86,4 kg	86,7 kg o más
1,75 m (5 ft 9 in)	menos de 56,7 kg	56,7–76,3 kg	76,6–91,6 kg	91,9 kg o más
1,80 m (5 ft 11 in)	menos de 59,9 kg	59,9–80,7 kg	81,0–96,9 kg	97,2 kg o más
1,85 m (6 ft 1 in)	menos de 63,3 kg	63,3–85,2 kg	85,6–102,3 kg	102,7 kg o más

Cálculo: peso = IMC × estatura². Clasificación: Fuente: OMS, Obesity: preventing and managing the global epidemic (TRS 894) y OMS, Physical status (TRS 854).

Tabla de IMC para hombres

Hombres: peso según la estatura en cada categoría de IMC				
Estatura	Bajo peso IMC < 18,5	Normal 18,5–24,9	Sobrepeso 25–29,9	Obesidad IMC ≥ 30
1,55 m (5 ft 1 in)	menos de 44,4 kg	44,4–59,8 kg	60,1–71,8 kg	72,1 kg o más
1,60 m (5 ft 3 in)	menos de 47,4 kg	47,4–63,7 kg	64,0–76,5 kg	76,8 kg o más
1,65 m (5 ft 5 in)	menos de 50,4 kg	50,4–67,8 kg	68,1–81,4 kg	81,7 kg o más
1,70 m (5 ft 7 in)	menos de 53,5 kg	53,5–72,0 kg	72,3–86,4 kg	86,7 kg o más
1,75 m (5 ft 9 in)	menos de 56,7 kg	56,7–76,3 kg	76,6–91,6 kg	91,9 kg o más
1,80 m (5 ft 11 in)	menos de 59,9 kg	59,9–80,7 kg	81,0–96,9 kg	97,2 kg o más
1,85 m (6 ft 1 in)	menos de 63,3 kg	63,3–85,2 kg	85,6–102,3 kg	102,7 kg o más
1,90 m (6 ft 3 in)	menos de 66,8 kg	66,8–89,9 kg	90,3–107,9 kg	108,3 kg o más
1,95 m (6 ft 5 in)	menos de 70,3 kg	70,3–94,7 kg	95,1–113,7 kg	114,1 kg o más
2,00 m (6 ft 7 in)	menos de 74,0 kg	74,0–99,6 kg	100,0–119,6 kg	120,0 kg o más

Cálculo: peso = IMC × estatura². Clasificación: Fuente: OMS, Obesity: preventing and managing the global epidemic (TRS 894) y OMS, Physical status (TRS 854).

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.