

A toi de calculer ton IMC

Quel est ton Indice de Masse Corporelle (IMC) ?

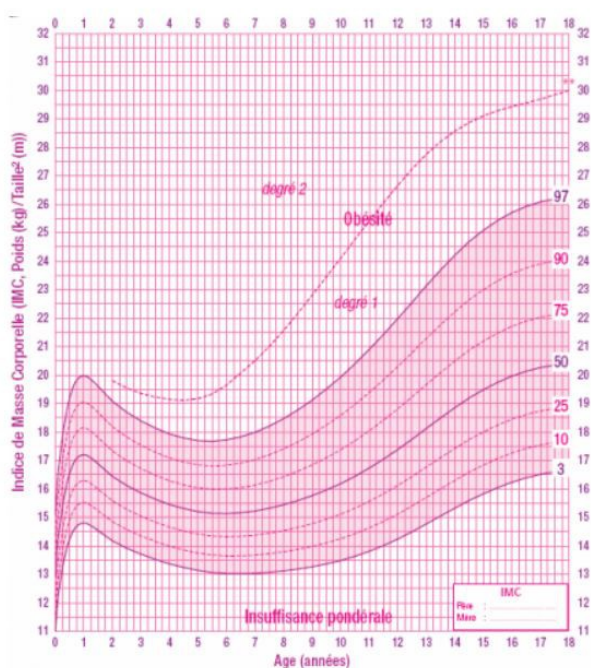
Note sur un papier ton poids (=masse corporelle) et ta taille en m. Clique ensuite sur ce site pour [calculer ton Indice de Masse Corporelle](#) et utilise la grille de référence.

Pour le savoir, $IMC = (\text{poids en Kg}) / (\text{taille en m} \times \text{taille en m})$

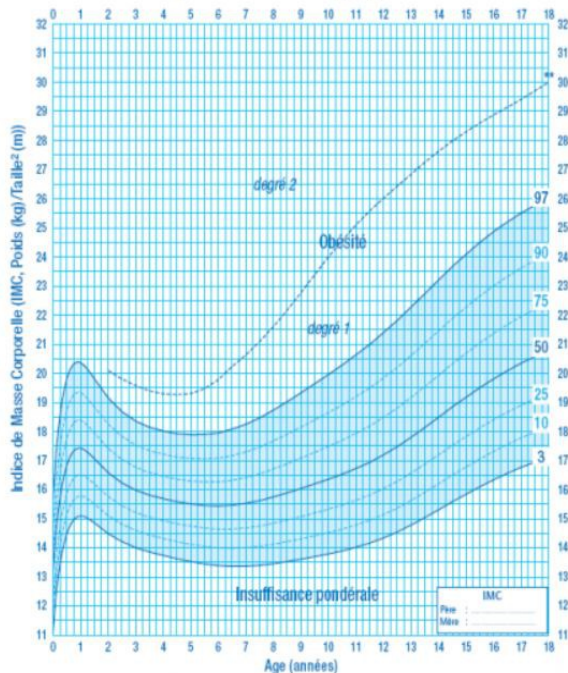
Cela vous donne votre IMC. Vous pouvez maintenant repérer votre position, selon votre âge et votre IMC, sur la courbe de corpulence ci-dessous.

Reporter le point dans le carnet de santé, à la bonne page (garçon/fille) !

Courbe de corpulence chez les filles de 0 à 18 ans



Courbe de corpulence chez les garçons de 0 à 18 ans



Source : <http://www.conso.net/content/se-nourrir-bien-manger>

Pour vérifier que tu as compris la lecture de la courbe de corpulence, relie le début de phrase placé dans la colonne de gauche à la fin de la phrase placée dans la colonne de droite.

L'enfant est obèse...

.....la première année, puis diminue jusqu'à 6 ans.

L'IMC augmente.....

....plus le risque d'obésité augmente.

La remontée de l'IMC qui a lieu en moyenne à 6 ans est appelée.....

.....rebond d'adiposité

Plus le rebond d'adiposité est précoce.....

...la corpulence d'un enfant ou d'un adolescent par rapport aux autres enfants de son âge.

L'indice de masse corporelle (IMC) est une indication importante pour situer

...si l'IMC est supérieur au 97ème percentile.