



STÁTNÍ ZDRAVOTNÍ ÚSTAV

Antropometrická vyšetření

BMI, WHR, obvod pasu

a) Body Mass Index (BMI) = index tělesné hmotnosti

$BMI = \text{hmotnost v kg} / \text{výška v m}^2$

Výšku měříme s přesností na 1 cm a hmotnost na 0,1 kg.

Posouzení váhy dle kategorií BMI (kg/m^2)

Podváha Přiměřená váha Nadváha Obezita

Muži < 20 20 - 25 25 - 30 > 30

Ženy < 19 19 - 24 24 - 29 > 29

b) Waist Hip Ratio (WHR) = index centrální obezity

$WHR = \text{obvod pasu v cm} / \text{obvod boků v cm}$

Měříme krejčovským metrem s přesností na 0,5 cm.

Hodnocení typu distribuce tuku dle indexu WHR

Spíše periferní Vyrovnaná Spíše centrální Centrální risk

Ženy < 0,75 0,75 - 0,80 0,80 - 0,85 > 0,85

Muži < 0,85 0,85 - 0,90 0,90 - 0,95 > 0,95

nebo

c) obvod pasu (cm)

Měříme krejčovským metrem s přesností na 0,5 cm.

Hodnocení obvodu pasu ve vztahu k riziku kardiovaskulárních a metabolických komplikací obezity (podle klasifikace IOTF).

Zvýšené riziko Vysoké riziko

Muži > 94 cm > 102 cm

Ženy > 80 cm > 88 cm