



**Nombre de alumnos: Julibeth Martínez
Guillén**

**Nombre del profesor: Daniela Rodríguez
Martínez**

**Nombre del trabajo: Alimentación del
niño y adolescente**

**Materia: Trastornos de la cultura
alimentaria**

Grado: 9no cuatrimestre

Grupo: Licenciatura en nutrición

ALIMENTACIÓN DEL NIÑO Y EL ADOLESCENTE

La etapa infantil se divide en tres periodos: la etapa postneonatal o lactante que comprende de los 0 a 3 años, la etapa preescolar que comprende de los 3 a 6 años de edad y la etapa escolar que comprende de los 6 a los 12 años de edad, aproximadamente.

La etapa de la adolescencia es un periodo que comprende de los 12 años a los 21, aunque algunos autores afirman que puede comenzar desde los 10 años, esta, al igual que la infancia, también tiene una división en temprana, media y tardía, sin embargo en nutrición no tiene gran relevancia en cuanto a cambios alimenticios, así que podemos englobar a la tres etapas de la adolescencia como una sola.

ETAPA POSTNEONATAL O LACTANTE

Durante este periodo de vida es extremadamente importante una alimentación adecuada y saludable del bebé ya que de esta dependerá su estado nutricional ya que se le brindarán o no los nutrientes necesarios para su madurez digestiva.

El bebé crece más el primer año que en cualquier otro período de la vida. Durante los primeros meses, todo lo que necesita es leche materna. A medida que el bebé crece, es importante comenzar a darle una variedad de alimentos introduciéndolos poco a poco y a su tiempo, esto con el fin de brindarle todos los nutrientes necesarios para su adecuado desarrollo y crecimiento. Comenzar los buenos hábitos alimentarios en esta etapa temprana ayudará a establecer patrones de alimentación saludable para toda la vida.

La lactancia materna debe ser exclusiva durante los primeros 4-6 meses de edad, al decir exclusiva es que no se debe incluir agua, tés o algún otro alimento, únicamente leche materna. Para poder ingerir alimentos diferentes a la leche, es conveniente que el organismo tenga la maduración necesaria a nivel neurológico, renal, gastrointestinal e inmune, por eso no se recomienda la introducción de alimentos antes de esa edad. Se considera que un bebé está preparado cuando adquiere las destrezas psicomotoras que permiten manejar y tragar de forma segura los alimentos. Como cualquier otro hito del desarrollo, no todos los niños lo van a adquirir al mismo tiempo, aunque en general estos cambios suelen ocurrir en torno al sexto mes. La Organización Mundial de la Salud recomienda el uso de la lactancia materna de manera exclusiva durante 6 meses y posterior a este tiempo será complementaria hasta los dos años de edad o según la madre lo decida.

A la transición de la lactancia materna a los alimentos se conoce como ablactación o alimentación complementaria. Según la OMS es una fase de gran vulnerabilidad, cuando para muchos niños empieza la malnutrición, y de las que más contribuye a la alta prevalencia de la malnutrición en los menores de 5 años de todo el mundo.

La alimentación complementaria debe ser:

- Adecuada, debe introducirse en el momento adecuado, debe comenzar a partir de los 6 meses de vida.
- Suficiente, los alimentos deben tener una consistencia y variedad adecuadas, deben administrarse en cantidades apropiadas y con una frecuencia adecuada, debe cubrir las necesidades nutricionales del niño, sin abandonar la lactancia materna y responder a su demanda.
- Inocua, los alimentos deben prepararse y administrarse en condiciones seguras, es decir, reduciendo al mínimo el riesgo de contaminación por microorganismos patógenos.

La alimentación del niño lactante requiere de cuidados y estimulación, esto quiere decir que el padre o cuidador ponga atención a los signos de hambre que manifieste el niño y que lo estimule para que coma. Esto se conoce como alimentación activa.

Según la OMS el niño debe recibir alimentos entre dos o tres veces al día cuando se empieza la introducción de los mismos (entre 6-8 meses), entre los 9 y 24 meses de vida del lactante, este debe recibir alimentos entre 3 o 4 veces al día o según el bebé lo demande. Se deben añadir aperitivos una o dos veces al día según se desee.

Si bien no se deben dar pautas rígidas para la introducción de alimentos, sin embargo, sí existen algunos por los que es mejor comenzar. A continuación se anexa una tabla para la orientación de la alimentación complementaria

Alimento	0-6 meses	6-12 meses	12-24 meses	>2 años
Leche materna				
Fórmulas adaptadas (en caso de no estar con LM)				
Cereales, frutas, hortalizas, legumbres, huevo, carne, pollo, pescado, aceite de oliva				
Leche entera, yogur, queso tierno (pueden ofrecerse en pequeñas cantidades a partir de los 9 o 10 meses)				
Sólidos con riesgo de atragantamiento (frutos secos enteros, manzana o zanahoria cruda, etc.)				Por encima de los 3 años
Alimentos superfluos (azúcares, miel, cacao, bollería, galletas, embutidos y charcutería)	Cuanto más tarde y en menor cantidad mejor (siempre a partir de los 12 meses)			

Modificada de "Recomendaciones para la alimentación en la primera infancia", Agència de Salut Pública de Catalunya, 2016.

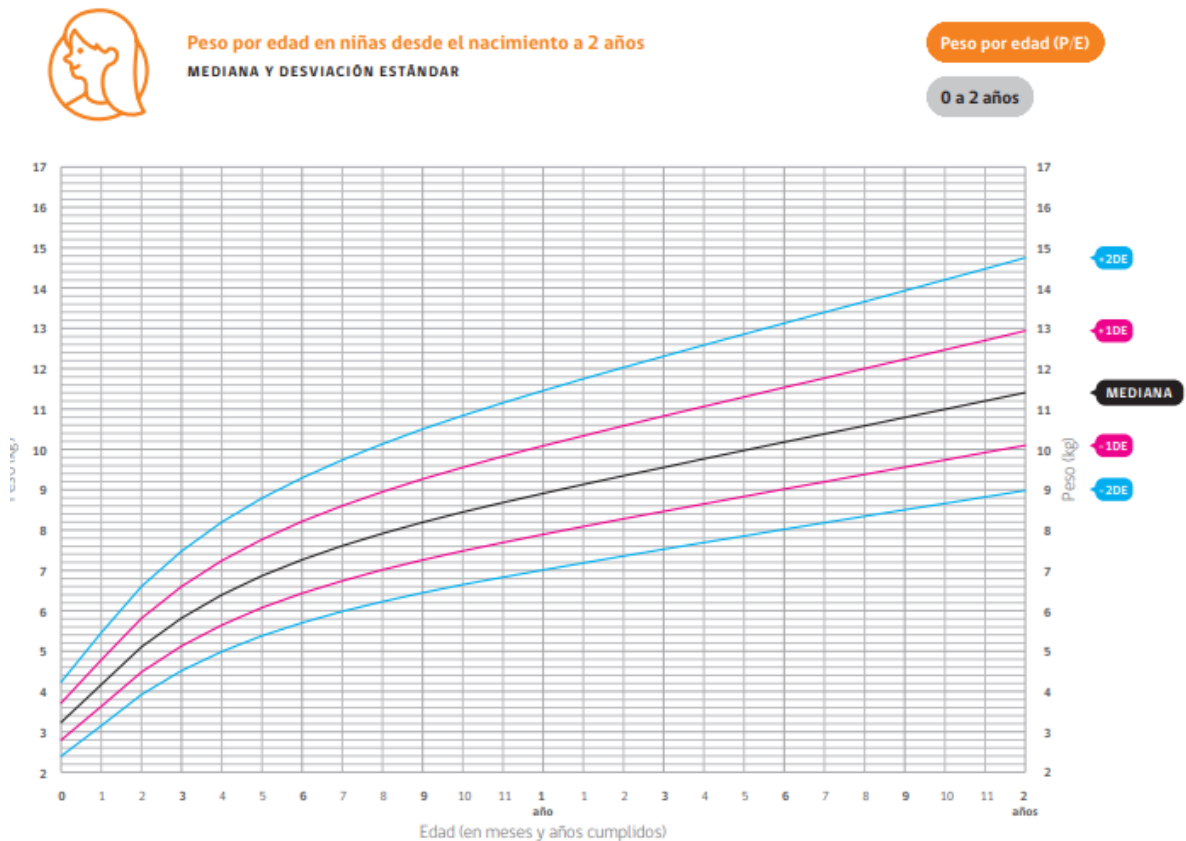
Se recomienda introducir los alimentos de uno en uno, con intervalos de unos días, para observar la tolerancia y la aceptación y no añadirles sal, azúcar ni edulcorantes, para que el bebé se acostumbre a los sabores naturales de los alimentos.

Como orientación, la cantidad máxima de sal es:

- ✓ Hasta los 12 meses: menos de 1 g de sal al día (menos de 0,4 g de sodio).
- ✓ 1 a 3 años: 2 g/día (0,8 g de sodio).

A continuación se presentan los gráficos relacionados a los percentiles, estos nos permitirán evaluar el estado nutricional del bebé en cuanto a peso, talla o longitud y edad. El diagnóstico se realiza interpolando los datos del paciente, la mediana representa el estado normal del paciente -1DE bajo peso, -2DE desnutrición, +1DE sobrepeso y +2DE obesidad, todo dependerá de si se desea conocer el estado nutricional en relación al peso o longitud/talla.

Niñas:

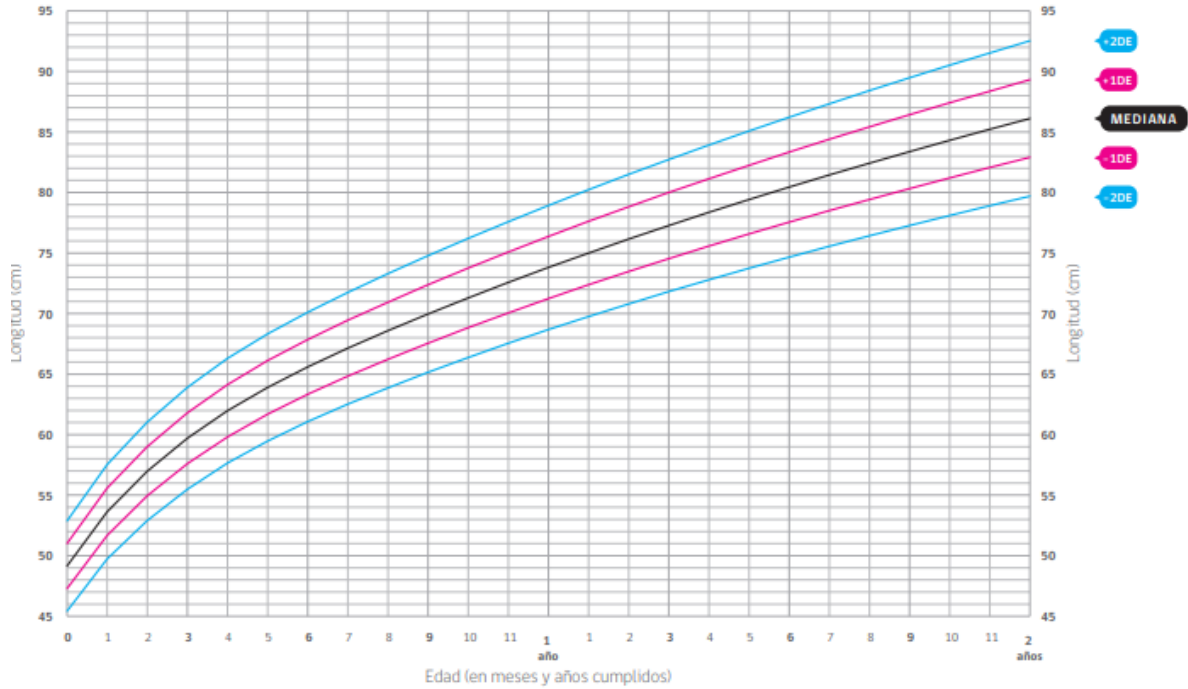




Longitud por edad en niñas desde el nacimiento a 2 años
MEDIANA Y DESVIACIÓN ESTÁNDAR

Talla por edad (T/E)

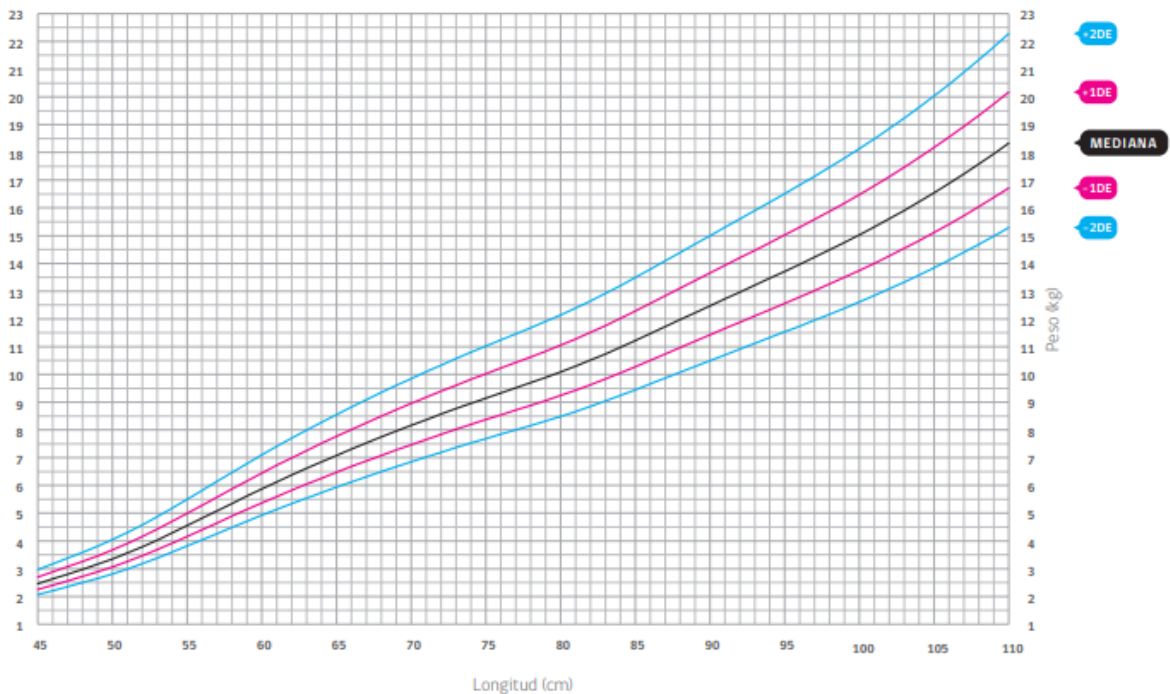
0 a 2 años



Peso por longitud en niñas desde el nacimiento a 2 años, de 45 cm a 110 cm
MEDIANA Y DESVIACIÓN ESTÁNDAR

Peso por talla (P/T)

0 a 2 años



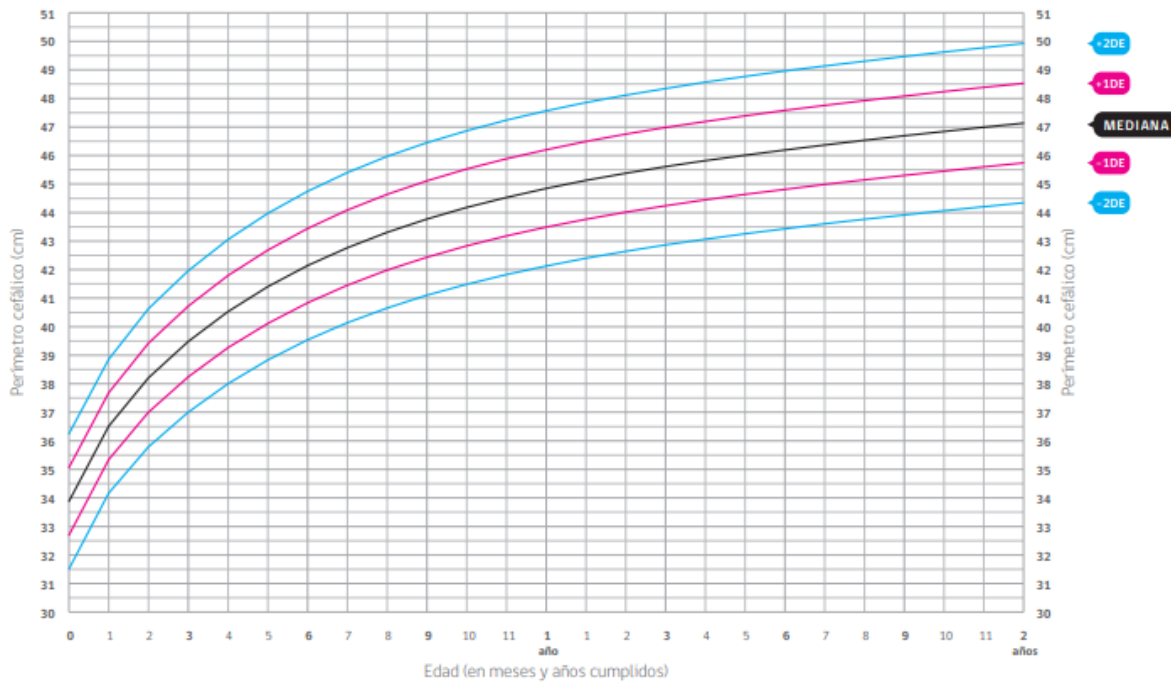
El perímetro cefálico también es de importancia para la evaluación nutricional, permite conocer si existe una anomalía en el crecimiento del infante.



Perímetro cefálico por edad en niñas desde el nacimiento a 2 años
MEDIANA Y DESVIACIÓN ESTÁNDAR

Perímetro cefálico por edad (PCe/E)

0 a 2 años



A continuación se presentan las tablas para determinar el peso para la edad, peso para la talla/longitud y talla/longitud para la edad, al igual que en los percentiles se interpolan los datos del infante y se interpretan mediante desviaciones, esto da a conocer, en conjunto con los percentiles, si el peso y talla/longitud del bebé es el adecuado y de lo contrario tener una referencia de los datos deseados.



Peso por edad en niñas desde el nacimiento a 5 años (z-scores)

Edad años:meses	Meses	Peso en kg							
		L	M	S	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
0.0	0	0.3809	3.2322	0.14171	2.4	2.8	3.2	3.7	4.2
0.1	1	0.1714	4.1873	0.13724	3.2	3.6	4.2	4.8	5.5
0.2	2	0.0962	5.1282	0.13000	3.9	4.5	5.1	5.8	6.6
0.3	3	0.0402	5.8458	0.12619	4.5	5.2	5.8	6.6	7.5
0.4	4	-0.0050	6.4237	0.12402	5.0	5.7	6.4	7.3	8.2
0.5	5	-0.0430	6.8985	0.12274	5.4	6.1	6.9	7.8	8.8
0.6	6	-0.0756	7.2970	0.12204	5.7	6.5	7.3	8.2	9.3
0.7	7	-0.1039	7.6422	0.12178	6.0	6.8	7.6	8.6	9.8
0.8	8	-0.1288	7.9487	0.12181	6.3	7.0	7.9	9.0	10.2
0.9	9	-0.1507	8.2254	0.12199	6.5	7.3	8.2	9.3	10.5
0.10	10	-0.1700	8.4800	0.12223	6.7	7.5	8.5	9.6	10.9
0.11	11	-0.1872	8.7192	0.12247	6.9	7.7	8.7	9.9	11.2
0.12	12	-0.2024	8.9481	0.12268	7.0	7.9	8.9	10.1	11.5
1.1	13	-0.2158	9.1699	0.12283	7.2	8.1	9.2	10.4	11.8
1.2	14	-0.2278	9.3870	0.12294	7.4	8.3	9.4	10.6	12.1
1.3	15	-0.2384	9.6008	0.12299	7.6	8.5	9.6	10.9	12.4
1.4	16	-0.2478	9.8124	0.12303	7.7	8.7	9.8	11.1	12.6
1.5	17	-0.2562	10.0226	0.12306	7.9	8.9	10.0	11.4	12.9
1.6	18	-0.2637	10.2315	0.12309	8.1	9.1	10.2	11.6	13.2
1.7	19	-0.2703	10.4393	0.12315	8.2	9.2	10.4	11.8	13.5
1.8	20	-0.2762	10.6464	0.12323	8.4	9.4	10.6	12.1	13.7
1.9	21	-0.2815	10.8534	0.12335	8.6	9.6	10.9	12.3	14.0
1.10	22	-0.2862	11.0608	0.12350	8.7	9.8	11.1	12.5	14.3
1.11	23	-0.2903	11.2688	0.12369	8.9	10.0	11.3	12.8	14.6

Edad años:meses	Meses	Peso en kg							
		L	M	S	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
2.0	24	-0.2941	11.4775	0.12390	9.0	10.2	11.5	13.0	14.8
2.1	25	-0.2975	11.6864	0.12414	9.2	10.3	11.7	13.3	15.1
2.2	26	-0.3005	11.8947	0.12441	9.4	10.5	11.9	13.5	15.4
2.3	27	-0.3032	12.1015	0.12472	9.5	10.7	12.1	13.7	15.7
2.4	28	-0.3057	12.3059	0.12506	9.7	10.9	12.3	14.0	16.0
2.5	29	-0.3080	12.5073	0.12545	9.8	11.1	12.5	14.2	16.2
2.6	30	-0.3101	12.7055	0.12587	10.0	11.2	12.7	14.4	16.5
2.7	31	-0.3120	12.9006	0.12633	10.1	11.4	12.9	14.7	16.8
2.8	32	-0.3138	13.0930	0.12683	10.3	11.6	13.1	14.9	17.1
2.9	33	-0.3155	13.2837	0.12737	10.4	11.7	13.3	15.1	17.3
2.10	34	-0.3171	13.4731	0.12794	10.5	11.9	13.5	15.4	17.6
2.11	35	-0.3186	13.6618	0.12855	10.7	12.0	13.7	15.6	17.9



Longitud/estatura por edad en niñas desde el nacimiento a 5 años (z-scores)

Edad años:meses	Meses	Longitud en cm								
		L	M	S	DE	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
0.0	0	1	49.1477	0.03790	1.8627	45.4	47.3	49.1	51.0	52.9
0.1	1	1	53.6872	0.03640	1.9542	49.8	51.7	53.7	55.6	57.6
0.2	2	1	57.0673	0.03568	2.0362	53.0	55.0	57.1	59.1	61.1
0.3	3	1	59.8029	0.03520	2.1051	55.6	57.7	59.8	61.9	64.0
0.4	4	1	62.0899	0.03486	2.1645	57.8	59.9	62.1	64.3	66.4
0.5	5	1	64.0301	0.03463	2.2174	59.6	61.8	64.0	66.2	68.5
0.6	6	1	65.7311	0.03448	2.2664	61.2	63.5	65.7	68.0	70.3
0.7	7	1	67.2873	0.03441	2.3154	62.7	65.0	67.3	69.6	71.9
0.8	8	1	68.7498	0.03440	2.3650	64.0	66.4	68.7	71.1	73.5
0.9	9	1	70.1435	0.03444	2.4157	65.3	67.7	70.1	72.6	75.0
0.10	10	1	71.4818	0.03452	2.4676	66.5	69.0	71.5	73.9	76.4
0.11	11	1	72.7710	0.03464	2.5208	67.7	70.3	72.8	75.3	77.8
0.12	12	1	74.0150	0.03479	2.5750	68.9	71.4	74.0	76.6	79.2
1.1	13	1	75.2176	0.03496	2.6296	70.0	72.6	75.2	77.8	80.5
1.2	14	1	76.3817	0.03514	2.6841	71.0	73.7	76.4	79.1	81.7
1.3	15	1	77.5099	0.03534	2.7392	72.0	74.8	77.5	80.2	83.0
1.4	16	1	78.6055	0.03555	2.7944	73.0	75.8	78.6	81.4	84.2
1.5	17	1	79.6710	0.03576	2.8490	74.0	76.8	79.7	82.5	85.4
1.6	18	1	80.7079	0.03598	2.9039	74.9	77.8	80.7	83.6	86.5
1.7	19	1	81.7182	0.03620	2.9582	75.8	78.8	81.7	84.7	87.6
1.8	20	1	82.7036	0.03643	3.0129	76.7	79.7	82.7	85.7	88.7
1.9	21	1	83.6654	0.03666	3.0672	77.5	80.6	83.7	86.7	89.8
1.10	22	1	84.6040	0.03688	3.1202	78.4	81.5	84.6	87.7	90.8
1.11	23	1	85.5202	0.03711	3.1737	79.2	82.3	85.5	88.7	91.9
2.0	24	1	86.4153	0.03734	3.2267	80.0	83.2	86.4	89.6	92.9

Edad años:meses	Meses	Estatura en cm								
		L	M	S	DE	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
2.0	24	1	85.7153	0.03764	3.2267	79.3	82.5	85.7	88.9	92.2
2.1	25	1	86.5904	0.03786	3.2783	80.0	83.3	86.6	89.9	93.1
2.2	26	1	87.4462	0.03808	3.3300	80.8	84.1	87.4	90.8	94.1
2.3	27	1	88.2830	0.03830	3.3812	81.5	84.9	88.3	91.7	95.0
2.4	28	1	89.1004	0.03851	3.4313	82.2	85.7	89.1	92.5	96.0
2.5	29	1	89.8991	0.03872	3.4809	82.9	86.4	89.9	93.4	96.9
2.6	30	1	90.6797	0.03893	3.5302	83.6	87.1	90.7	94.2	97.7
2.7	31	1	91.4430	0.03913	3.5782	84.3	87.9	91.4	95.0	98.6
2.8	32	1	92.1906	0.03933	3.6259	84.9	88.6	92.2	95.8	99.4
2.9	33	1	92.9239	0.03952	3.6724	85.6	89.3	92.9	96.6	100.3
2.10	34	1	93.6444	0.03971	3.7186	86.2	89.9	93.6	97.4	101.1
2.11	35	1	94.3533	0.03989	3.7638	86.8	90.6	94.4	98.1	101.9



Peso por longitud en niñas desde el nacimiento a 2 años,
de 45 cm a 110 cm (z-scores)

Peso por talla (P/T)

0 a 2 años

Longitud en cm				Peso en kg				
	L	M	S	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
45.0	-0.3833	2.4607	0.09029	2.1	2.3	2.5	2.7	3.0
45.5	-0.3833	2.5457	0.09033	2.1	2.3	2.5	2.8	3.1
46.0	-0.3833	2.6306	0.09037	2.2	2.4	2.6	2.9	3.2
46.5	-0.3833	2.7155	0.09040	2.3	2.5	2.7	3.0	3.3
47.0	-0.3833	2.8007	0.09044	2.4	2.6	2.8	3.1	3.4
47.5	-0.3833	2.8867	0.09048	2.4	2.6	2.9	3.2	3.5
48.0	-0.3833	2.9741	0.09052	2.5	2.7	3.0	3.3	3.6
48.5	-0.3833	3.0636	0.09056	2.6	2.8	3.1	3.4	3.7
49.0	-0.3833	3.1560	0.09060	2.6	2.9	3.2	3.5	3.8
49.5	-0.3833	3.2520	0.09064	2.7	3.0	3.3	3.6	3.9
50.0	-0.3833	3.3518	0.09068	2.8	3.1	3.4	3.7	4.0
50.5	-0.3833	3.4557	0.09072	2.9	3.2	3.5	3.8	4.2
51.0	-0.3833	3.5636	0.09076	3.0	3.3	3.6	3.9	4.3
51.5	-0.3833	3.6754	0.09080	3.1	3.4	3.7	4.0	4.4
52.0	-0.3833	3.7911	0.09085	3.2	3.5	3.8	4.2	4.6
52.5	-0.3833	3.9105	0.09089	3.3	3.6	3.9	4.3	4.7
53.0	-0.3833	4.0332	0.09093	3.4	3.7	4.0	4.4	4.9
53.5	-0.3833	4.1591	0.09098	3.5	3.8	4.2	4.6	5.0
54.0	-0.3833	4.2875	0.09102	3.6	3.9	4.3	4.7	5.2
54.5	-0.3833	4.4179	0.09106	3.7	4.0	4.4	4.8	5.3
55.0	-0.3833	4.5498	0.09110	3.8	4.2	4.5	5.0	5.5
55.5	-0.3833	4.6827	0.09114	3.9	4.3	4.7	5.1	5.7
56.0	-0.3833	4.8162	0.09118	4.0	4.4	4.8	5.3	5.8
56.5	-0.3833	4.9500	0.09121	4.1	4.5	5.0	5.4	6.0

Longitud en cm				Peso en kg				
	L	M	S	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
57.0	-0.3833	5.0837	0.09125	4.3	4.6	5.1	5.6	6.1
57.5	-0.3833	5.2173	0.09128	4.4	4.8	5.2	5.7	6.3
58.0	-0.3833	5.3507	0.09130	4.5	4.9	5.4	5.9	6.5
58.5	-0.3833	5.4834	0.09132	4.6	5.0	5.5	6.0	6.6
59.0	-0.3833	5.6151	0.09134	4.7	5.1	5.6	6.2	6.8
59.5	-0.3833	5.7454	0.09135	4.8	5.3	5.7	6.3	6.9
60.0	-0.3833	5.8742	0.09136	4.9	5.4	5.9	6.4	7.1
60.5	-0.3833	6.0014	0.09137	5.0	5.5	6.0	6.6	7.3
61.0	-0.3833	6.1270	0.09137	5.1	5.6	6.1	6.7	7.4
61.5	-0.3833	6.2511	0.09136	5.2	5.7	6.3	6.9	7.6
62.0	-0.3833	6.3738	0.09135	5.3	5.8	6.4	7.0	7.7
62.5	-0.3833	6.4948	0.09133	5.4	5.9	6.5	7.1	7.8
63.0	-0.3833	6.6144	0.09131	5.5	6.0	6.6	7.3	8.0
63.5	-0.3833	6.7328	0.09129	5.6	6.2	6.7	7.4	8.1
64.0	-0.3833	6.8501	0.09126	5.7	6.3	6.9	7.5	8.3
64.5	-0.3833	6.9662	0.09123	5.8	6.4	7.0	7.6	8.4
65.0	-0.3833	7.0812	0.09119	5.9	6.5	7.1	7.8	8.6
65.5	-0.3833	7.1950	0.09115	6.0	6.6	7.2	7.9	8.7
66.0	-0.3833	7.3076	0.09110	6.1	6.7	7.3	8.0	8.8
66.5	-0.3833	7.4189	0.09106	6.2	6.8	7.4	8.1	9.0
67.0	-0.3833	7.5288	0.09101	6.3	6.9	7.5	8.3	9.1
67.5	-0.3833	7.6375	0.09096	6.4	7.0	7.6	8.4	9.2
68.0	-0.3833	7.7448	0.09090	6.5	7.1	7.7	8.5	9.4
68.5	-0.3833	7.8509	0.09085	6.6	7.2	7.9	8.6	9.5



Peso por longitud en niñas desde el nacimiento a 2 años,
de 45 cm a 110 cm (z-scores)

Peso por talla (P/T)

0 a 2 años

Longitud en cm				Peso en kg				
	L	M	S	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
69.0	-0.3833	7.9559	0.09079	6.7	7.3	8.0	8.7	9.6
69.5	-0.3833	8.0599	0.09074	6.8	7.4	8.1	8.8	9.7
70.0	-0.3833	8.1630	0.09068	6.9	7.5	8.2	9.0	9.9
70.5	-0.3833	8.2651	0.09062	6.9	7.6	8.3	9.1	10.0
71.0	-0.3833	8.3666	0.09056	7.0	7.7	8.4	9.2	10.1
71.5	-0.3833	8.4676	0.09050	7.1	7.7	8.5	9.3	10.2
72.0	-0.3833	8.5679	0.09043	7.2	7.8	8.6	9.4	10.3
72.5	-0.3833	8.6674	0.09037	7.3	7.9	8.7	9.5	10.5
73.0	-0.3833	8.7661	0.09031	7.4	8.0	8.8	9.6	10.6
73.5	-0.3833	8.8638	0.09025	7.4	8.1	8.9	9.7	10.7
74.0	-0.3833	8.9601	0.09018	7.5	8.2	9.0	9.8	10.8
74.5	-0.3833	9.0552	0.09012	7.6	8.3	9.1	9.9	10.9
75.0	-0.3833	9.1490	0.09005	7.7	8.4	9.1	10.0	11.0
75.5	-0.3833	9.2418	0.08999	7.8	8.5	9.2	10.1	11.1
76.0	-0.3833	9.3337	0.08992	7.8	8.5	9.3	10.2	11.2
76.5	-0.3833	9.4252	0.08985	7.9	8.6	9.4	10.3	11.4
77.0	-0.3833	9.5166	0.08979	8.0	8.7	9.5	10.4	11.5
77.5	-0.3833	9.6086	0.08972	8.1	8.8	9.6	10.5	11.6
78.0	-0.3833	9.7015	0.08965	8.2	8.9	9.7	10.6	11.7
78.5	-0.3833	9.7957	0.08959	8.2	9.0	9.8	10.7	11.8
79.0	-0.3833	9.8915	0.08952	8.3	9.1	9.9	10.8	11.9
79.5	-0.3833	9.9892	0.08946	8.4	9.1	10.0	10.9	12.0
80.0	-0.3833	10.0891	0.08940	8.5	9.2	10.1	11.0	12.1
80.5	-0.3833	10.1916	0.08934	8.6	9.3	10.2	11.2	12.3

Longitud en cm				Peso en kg				
	L	M	S	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
81.0	-0.3833	10.2965	0.08928	8.7	9.4	10.3	11.3	12.4
81.5	-0.3833	10.4041	0.08923	8.8	9.5	10.4	11.4	12.5
82.0	-0.3833	10.5140	0.08918	8.8	9.6	10.5	11.5	12.6
82.5	-0.3833	10.6263	0.08914	8.9	9.7	10.6	11.6	12.8
83.0	-0.3833	10.7410	0.08910	9.0	9.8	10.7	11.8	12.9
83.5	-0.3833	10.8578	0.08906	9.1	9.9	10.9	11.9	13.1
84.0	-0.3833	10.9767	0.08903	9.2	10.1	11.0	12.0	13.2
84.5	-0.3833	11.0974	0.08900	9.3	10.2	11.1	12.1	13.3
85.0	-0.3833	11.2198	0.08898	9.4	10.3	11.2	12.3	13.5
85.5	-0.3833	11.3435	0.08897	9.5	10.4	11.3	12.4	13.6
86.0	-0.3833	11.4684	0.08895	9.7	10.5	11.5	12.6	13.8
86.5	-0.3833	11.5940	0.08895	9.8	10.6	11.6	12.7	13.9
87.0	-0.3833	11.7201	0.08895	9.9	10.7	11.7	12.8	14.1
87.5	-0.3833	11.8461	0.08895	10.0	10.9	11.8	13.0	14.2
88.0	-0.3833	11.9720	0.08896	10.1	11.0	12.0	13.1	14.4
88.5	-0.3833	12.0976	0.08898	10.2	11.1	12.1	13.2	14.5
89.0	-0.3833	12.2229	0.08900	10.3	11.2	12.2	13.4	14.7
89.5	-0.3833	12.3477	0.08903	10.4	11.3	12.3	13.5	14.8
90.0	-0.3833	12.4723	0.08906	10.5	11.4	12.5	13.7	15.0
90.5	-0.3833	12.5965	0.08909	10.6	11.5	12.6	13.8	15.1
91.0	-0.3833	12.7205	0.08913	10.7	11.7	12.7	13.9	15.3
91.5	-0.3833	12.8443	0.08918	10.8	11.8	12.8	14.1	15.5
92.0	-0.3833	12.9681	0.08923	10.9	11.9	13.0	14.2	15.6
92.5	-0.3833	13.0920	0.08928	11.0	12.0	13.1	14.3	15.8

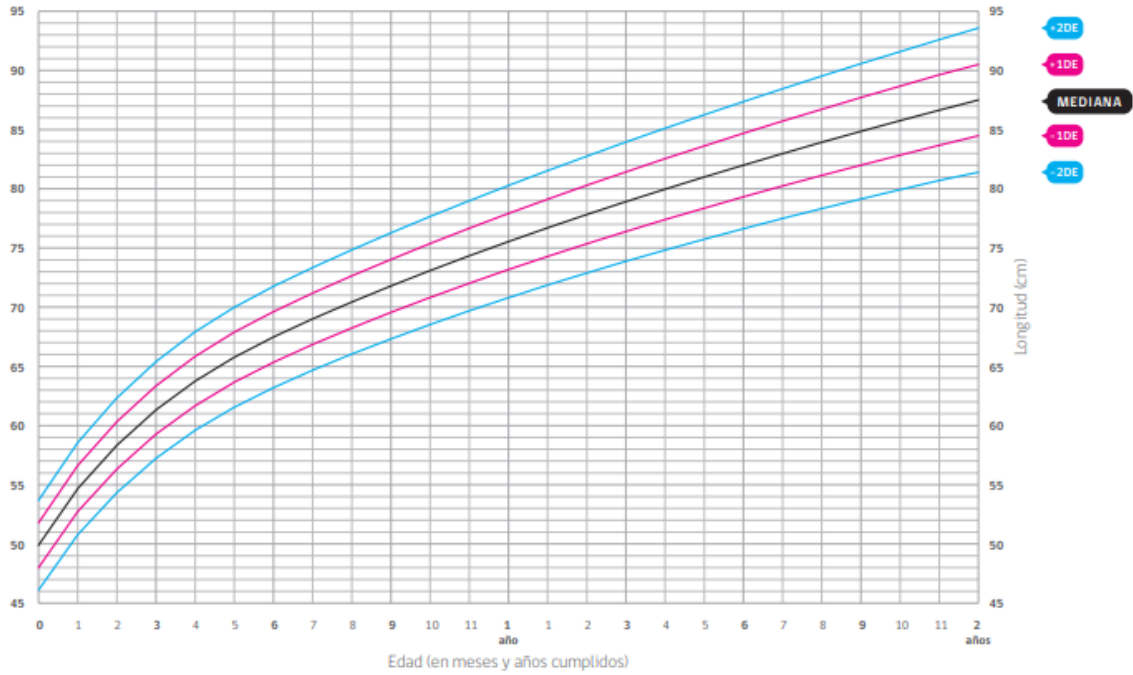
Niños:



Longitud por edad en niños desde el nacimiento a los 2 años
MEDIANA Y DESVIACIÓN ESTÁNDAR

Talla por edad (T/E)

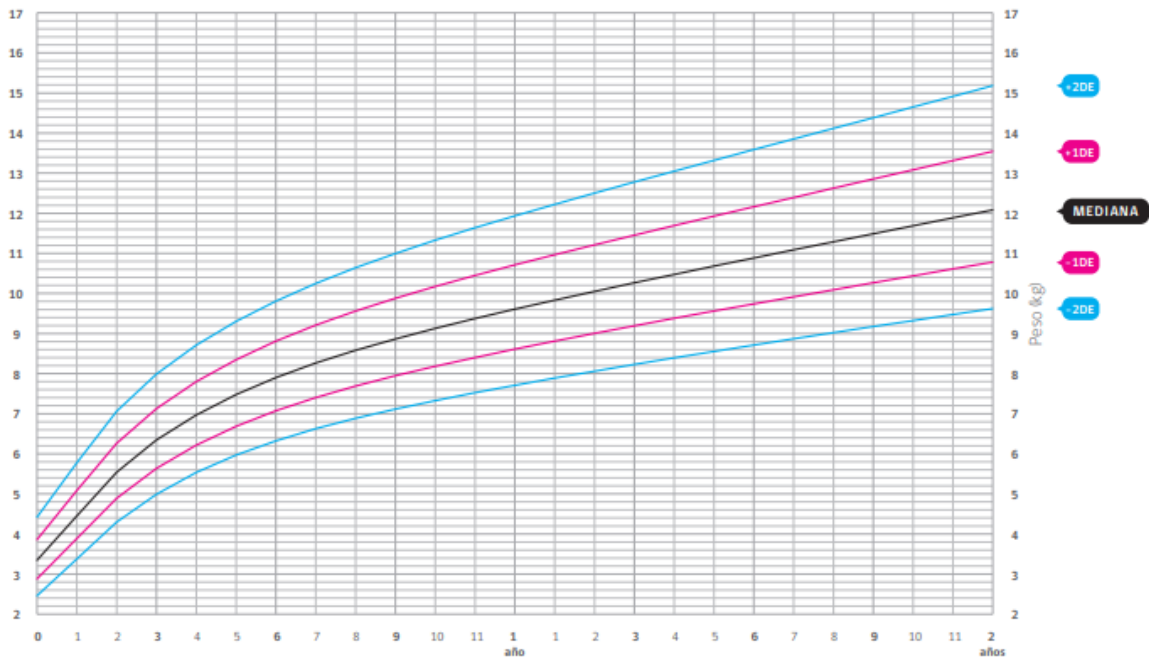
0 a 2 años



Peso por edad en niños desde el nacimiento a los 2 años
MEDIANA Y DESVIACIÓN ESTÁNDAR

Peso por edad (P/E)

0 a 2 años

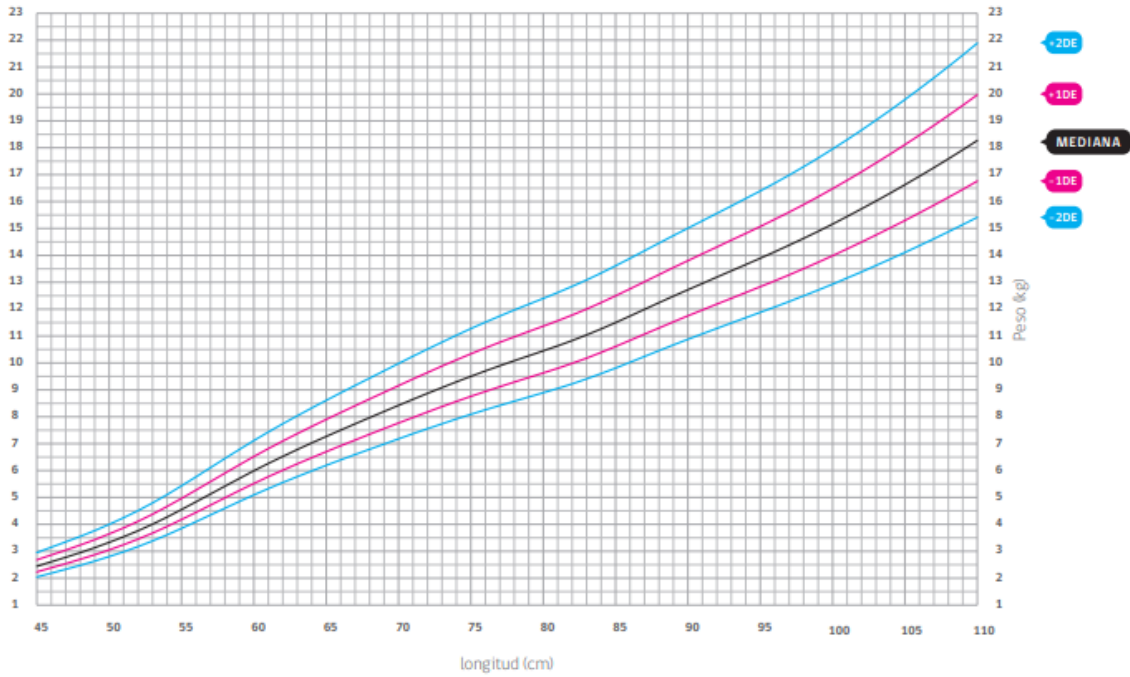




Peso por longitud en niños desde el nacimiento a 2 años, de 45 cm a 110 cm
MEDIANA Y DESVIACIÓN ESTÁNDAR

Peso por talla (P/T)

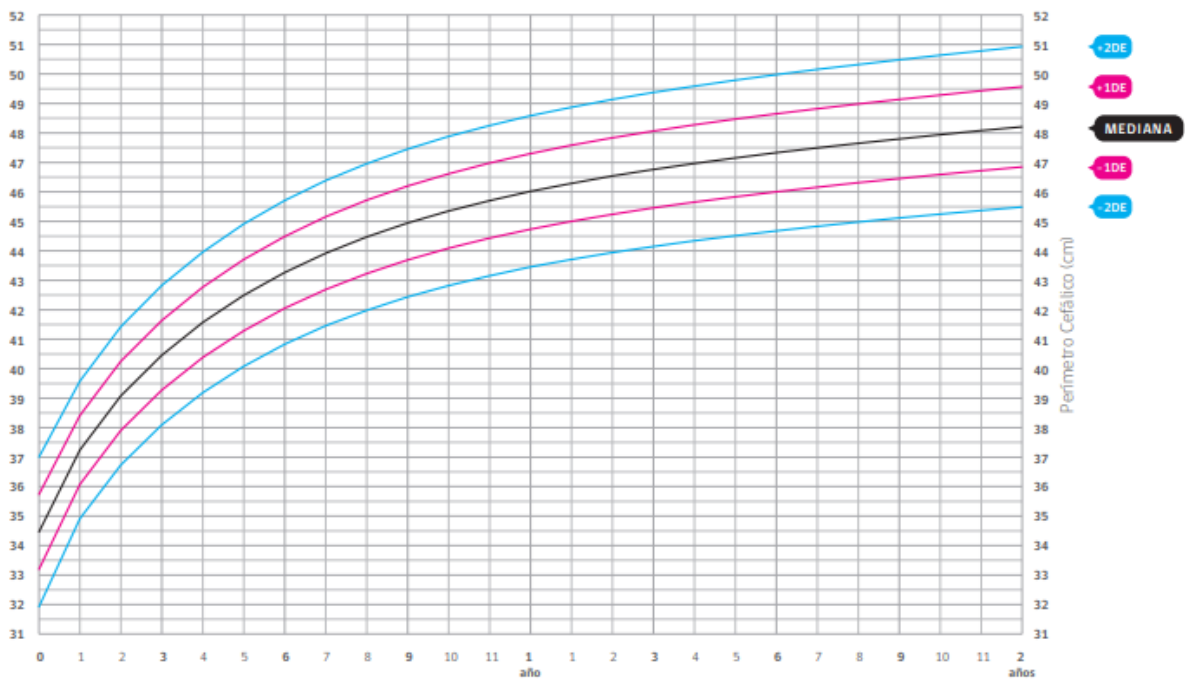
0 a 2 años



Perímetro cefálico por edad en niños desde el nacimiento a los 2 años
MEDIANA Y DESVIACIÓN ESTÁNDAR

Perímetro cefálico por edad (PCE/E)

0 a 2 años





Peso por edad en niños desde el nacimiento a 5 años (z-scores)

Edad años:meses	Meses	Peso en kg								
		L	M	S	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE	
0.0	0	0.3487	3.3464	0.14602	2.5	2.9	3.3	3.9	4.4	
0.1	1	0.2297	4.4709	0.13395	3.4	3.9	4.5	5.1	5.8	
0.2	2	0.1970	5.5675	0.12385	4.3	4.9	5.6	6.3	7.1	
0.3	3	0.1738	6.3762	0.11727	5.0	5.7	6.4	7.2	8.0	
0.4	4	0.1553	7.0023	0.11316	5.6	6.2	7.0	7.8	8.7	
0.5	5	0.1395	7.5105	0.11080	6.0	6.7	7.5	8.4	9.3	
0.6	6	0.1257	7.9340	0.10958	6.4	7.1	7.9	8.8	9.8	
0.7	7	0.1134	8.2970	0.10902	6.7	7.4	8.3	9.2	10.3	
0.8	8	0.1021	8.6151	0.10882	6.9	7.7	8.6	9.6	10.7	
0.9	9	0.0917	8.9014	0.10881	7.1	8.0	8.9	9.9	11.0	
0.10	10	0.0820	9.1649	0.10891	7.4	8.2	9.2	10.2	11.4	
0.11	11	0.0730	9.4122	0.10906	7.6	8.4	9.4	10.5	11.7	
1.0	12	0.0644	9.6479	0.10925	7.7	8.6	9.6	10.8	12.0	
1.1	13	0.0563	9.8749	0.10949	7.9	8.8	9.9	11.0	12.3	
1.2	14	0.0487	10.0953	0.10976	8.1	9.0	10.1	11.3	12.6	
1.3	15	0.0413	10.3108	0.11007	8.3	9.2	10.3	11.5	12.8	
1.4	16	0.0343	10.5228	0.11041	8.4	9.4	10.5	11.7	13.1	
1.5	17	0.0275	10.7319	0.11079	8.6	9.6	10.7	12.0	13.4	
1.6	18	0.0211	10.9385	0.11119	8.8	9.8	10.9	12.2	13.7	
1.7	19	0.0148	11.1430	0.11164	8.9	10.0	11.1	12.5	13.9	
1.8	20	0.0087	11.3462	0.11211	9.1	10.1	11.3	12.7	14.2	
1.9	21	0.0029	11.5486	0.11261	9.2	10.3	11.5	12.9	14.5	
1.10	22	-0.0028	11.7504	0.11314	9.4	10.5	11.8	13.2	14.7	
1.11	23	-0.0083	11.9514	0.11369	9.5	10.7	12.0	13.4	15.0	

Edad años:meses	Meses	Peso en kg								
		L	M	S	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE	
2.0	24	-0.0137	12.1515	0.11426	9.7	10.8	12.2	13.6	15.3	
2.1	25	-0.0189	12.3502	0.11485	9.8	11.0	12.4	13.9	15.5	
2.2	26	-0.0240	12.5466	0.11544	10.0	11.2	12.5	14.1	15.8	
2.3	27	-0.0289	12.7401	0.11604	10.1	11.3	12.7	14.3	16.1	
2.4	28	-0.0337	12.9303	0.11664	10.2	11.5	12.9	14.5	16.3	
2.5	29	-0.0385	13.1169	0.11723	10.4	11.7	13.1	14.8	16.6	
2.6	30	-0.0431	13.3000	0.11781	10.5	11.8	13.3	15.0	16.9	
2.7	31	-0.0476	13.4798	0.11839	10.7	12.0	13.5	15.2	17.1	
2.8	32	-0.0520	13.6567	0.11896	10.8	12.1	13.7	15.4	17.4	
2.9	33	-0.0564	13.8309	0.11953	10.9	12.3	13.8	15.6	17.6	
2.10	34	-0.0606	14.0031	0.12008	11.0	12.4	14.0	15.8	17.8	
2.11	35	-0.0648	14.1736	0.12062	11.2	12.6	14.2	16.0	18.1	



Longitud/estatura por edad en niños desde el nacimiento a 5 años (z-scores)

Edad años:meses	Meses	Longitud en cm								
		L	M	S	DE	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
0.0	0	1	49.8842	0.03795	1.8931	46.1	48.0	49.9	51.8	53.7
0.1	1	1	54.7244	0.03557	1.9465	50.8	52.8	54.7	56.7	58.6
0.2	2	1	58.4249	0.03424	2.0005	54.4	56.4	58.4	60.4	62.4
0.3	3	1	61.4292	0.03328	2.0444	57.3	59.4	61.4	63.5	65.5
0.4	4	1	63.8860	0.03257	2.0808	59.7	61.8	63.9	66.0	68.0
0.5	5	1	65.9026	0.03204	2.1115	61.7	63.8	65.9	68.0	70.1
0.6	6	1	67.6236	0.03165	2.1403	63.3	65.5	67.6	69.8	71.9
0.7	7	1	69.1645	0.03139	2.1711	64.8	67.0	69.2	71.3	73.5
0.8	8	1	70.5994	0.03124	2.2055	66.2	68.4	70.6	72.8	75.0
0.9	9	1	71.9687	0.03117	2.2433	67.5	69.7	72.0	74.2	76.5
0.10	1	1	73.2812	0.03118	2.2849	68.7	71.0	73.3	75.6	77.9
0.11	1	1	74.5388	0.03125	2.3293	69.9	72.2	74.5	76.9	79.2
1.0	12	1	75.7488	0.03137	2.3762	71.0	73.4	75.7	78.1	80.5
1.1	13	1	76.9186	0.03154	2.4260	72.1	74.5	76.9	79.3	81.8
1.2	14	1	78.0497	0.03174	2.4773	73.1	75.6	78.0	80.5	83.0
1.3	15	1	79.1458	0.03197	2.5303	74.1	76.6	79.1	81.7	84.2
1.4	16	1	80.2113	0.03222	2.5844	75.0	77.6	80.2	82.8	85.4
1.5	17	1	81.2487	0.03250	2.6406	76.0	78.6	81.2	83.9	86.5
1.6	18	1	82.2587	0.03279	2.6973	76.9	79.6	82.3	85.0	87.7
1.7	19	1	83.2418	0.03310	2.7553	77.7	80.5	83.2	86.0	88.8
1.8	20	1	84.1996	0.03342	2.8140	78.6	81.4	84.2	87.0	89.8
1.9	21	1	85.1348	0.03376	2.8742	79.4	82.3	85.1	88.0	90.9
1.10	22	1	86.0477	0.03410	2.9342	80.2	83.1	86.0	89.0	91.9
1.11	23	1	86.9410	0.03445	2.9951	81.0	83.9	86.9	89.9	92.9
2.0	24	1	87.8161	0.03479	3.0551	81.7	84.8	87.8	90.9	93.9

Edad años:meses	Meses	Estatura en cm								
		L	M	S	DE	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
2.0	24	1	87.1161	0.03507	3.0551	81.0	84.1	87.1	90.2	93.2
2.1	25	1	87.9720	0.03542	3.1160	81.7	84.9	88.0	91.1	94.2
2.2	26	1	88.8065	0.03576	3.1757	82.5	85.6	88.8	92.0	95.2
2.3	27	1	89.6197	0.03610	3.2353	83.1	86.4	89.6	92.9	96.1
2.4	28	1	90.4120	0.03642	3.2928	83.8	87.1	90.4	93.7	97.0
2.5	29	1	91.1828	0.03674	3.3501	84.5	87.8	91.2	94.5	97.9
2.6	30	1	91.9327	0.03704	3.4052	85.1	88.5	91.9	95.3	98.7
2.7	31	1	92.6631	0.03733	3.4591	85.7	89.2	92.7	96.1	99.6
2.8	32	1	93.3753	0.03761	3.5118	86.4	89.9	93.4	96.9	100.4
2.9	33	1	94.0711	0.03787	3.5625	86.9	90.5	94.1	97.6	101.2
2.10	34	1	94.7532	0.03812	3.6120	87.5	91.1	94.8	98.4	102.0
2.11	35	1	95.4236	0.03836	3.6604	88.1	91.8	95.4	99.1	102.7



**Peso por longitud en niños desde el nacimiento a 2 años,
de 45 cm a 110 cm (z-scores)**

Peso por talla (P/T)

0 a 2 años

Longitud en cm				Peso en kg				
	L	M	S	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
45.0	-0.3521	2.4410	0.09182	2.0	2.2	2.4	2.7	3.0
45.5	-0.3521	2.5244	0.09153	2.1	2.3	2.5	2.8	3.1
46.0	-0.3521	2.6077	0.09124	2.2	2.4	2.6	2.9	3.1
46.5	-0.3521	2.6913	0.09094	2.3	2.5	2.7	3.0	3.2
47.0	-0.3521	2.7755	0.09065	2.3	2.5	2.8	3.0	3.3
47.5	-0.3521	2.8609	0.09036	2.4	2.6	2.9	3.1	3.4
48.0	-0.3521	2.9480	0.09007	2.5	2.7	2.9	3.2	3.6
48.5	-0.3521	3.0377	0.08977	2.6	2.8	3.0	3.3	3.7
49.0	-0.3521	3.1308	0.08948	2.6	2.9	3.1	3.4	3.8
49.5	-0.3521	3.2276	0.08919	2.7	3.0	3.2	3.5	3.9
50.0	-0.3521	3.3278	0.08890	2.8	3.0	3.3	3.6	4.0
50.5	-0.3521	3.4311	0.08861	2.9	3.1	3.4	3.8	4.1
51.0	-0.3521	3.5376	0.08831	3.0	3.2	3.5	3.9	4.2
51.5	-0.3521	3.6477	0.08801	3.1	3.3	3.6	4.0	4.4
52.0	-0.3521	3.7620	0.08771	3.2	3.5	3.8	4.1	4.5
52.5	-0.3521	3.8814	0.08741	3.3	3.6	3.9	4.2	4.6
53.0	-0.3521	4.0060	0.08711	3.4	3.7	4.0	4.4	4.8
53.5	-0.3521	4.1354	0.08681	3.5	3.8	4.1	4.5	4.9
54.0	-0.3521	4.2693	0.08651	3.6	3.9	4.3	4.7	5.1
54.5	-0.3521	4.4066	0.08621	3.7	4.0	4.4	4.8	5.3
55.0	-0.3521	4.5467	0.08592	3.8	4.2	4.5	5.0	5.4
55.5	-0.3521	4.6892	0.08563	4.0	4.3	4.7	5.1	5.6
56.0	-0.3521	4.8338	0.08535	4.1	4.4	4.8	5.3	5.8
56.5	-0.3521	4.9796	0.08507	4.2	4.6	5.0	5.4	5.9

Longitud en cm				Peso en kg				
	L	M	S	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
57.0	-0.3521	5.1259	0.08481	4.3	4.7	5.1	5.6	6.1
57.5	-0.3521	5.2721	0.08455	4.5	4.9	5.3	5.7	6.3
58.0	-0.3521	5.4180	0.08430	4.6	5.0	5.4	5.9	6.4
58.5	-0.3521	5.5632	0.08406	4.7	5.1	5.6	6.1	6.6
59.0	-0.3521	5.7074	0.08383	4.8	5.3	5.7	6.2	6.8
59.5	-0.3521	5.8501	0.08362	5.0	5.4	5.9	6.4	7.0
60.0	-0.3521	5.9907	0.08342	5.1	5.5	6.0	6.5	7.1
60.5	-0.3521	6.1284	0.08324	5.2	5.6	6.1	6.7	7.3
61.0	-0.3521	6.2632	0.08308	5.3	5.8	6.3	6.8	7.4
61.5	-0.3521	6.3954	0.08292	5.4	5.9	6.4	7.0	7.6
62.0	-0.3521	6.5251	0.08279	5.6	6.0	6.5	7.1	7.7
62.5	-0.3521	6.6527	0.08266	5.7	6.1	6.7	7.2	7.9
63.0	-0.3521	6.7786	0.08255	5.8	6.2	6.8	7.4	8.0
63.5	-0.3521	6.9028	0.08245	5.9	6.4	6.9	7.5	8.2
64.0	-0.3521	7.0255	0.08236	6.0	6.5	7.0	7.6	8.3
64.5	-0.3521	7.1467	0.08229	6.1	6.6	7.1	7.8	8.5
65.0	-0.3521	7.2666	0.08223	6.2	6.7	7.3	7.9	8.6
65.5	-0.3521	7.3854	0.08218	6.3	6.8	7.4	8.0	8.7
66.0	-0.3521	7.5034	0.08215	6.4	6.9	7.5	8.2	8.9
66.5	-0.3521	7.6206	0.08213	6.5	7.0	7.6	8.3	9.0
67.0	-0.3521	7.7370	0.08212	6.6	7.1	7.7	8.4	9.2
67.5	-0.3521	7.8526	0.08212	6.7	7.2	7.9	8.5	9.3
68.0	-0.3521	7.9674	0.08214	6.8	7.3	8.0	8.7	9.4
68.5	-0.3521	8.0816	0.08216	6.9	7.5	8.1	8.8	9.6



**Peso por longitud en niños desde el nacimiento a 2 años,
de 45 cm a 110 cm (z-scores)**

Peso por talla (P/T)

0 a 2 años

Longitud en cm				Peso en kg				
	L	M	S	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
69.0	-0.3521	8.1955	0.08219	7.0	7.6	8.2	8.9	9.7
69.5	-0.3521	8.3092	0.08224	7.1	7.7	8.3	9.0	9.8
70.0	-0.3521	8.4227	0.08229	7.2	7.8	8.4	9.2	10.0
70.5	-0.3521	8.5358	0.08235	7.3	7.9	8.5	9.3	10.1
71.0	-0.3521	8.6480	0.08241	7.4	8.0	8.6	9.4	10.2
71.5	-0.3521	8.7594	0.08248	7.5	8.1	8.8	9.5	10.4
72.0	-0.3521	8.8697	0.08254	7.6	8.2	8.9	9.6	10.5
72.5	-0.3521	8.9788	0.08262	7.6	8.3	9.0	9.8	10.6
73.0	-0.3521	9.0865	0.08269	7.7	8.4	9.1	9.9	10.8
73.5	-0.3521	9.1927	0.08276	7.8	8.5	9.2	10.0	10.9
74.0	-0.3521	9.2974	0.08283	7.9	8.6	9.3	10.1	11.0
74.5	-0.3521	9.4010	0.08289	8.0	8.7	9.4	10.2	11.2
75.0	-0.3521	9.5032	0.08295	8.1	8.8	9.5	10.3	11.3
75.5	-0.3521	9.6041	0.08301	8.2	8.8	9.6	10.4	11.4
76.0	-0.3521	9.7033	0.08307	8.3	8.9	9.7	10.6	11.5
76.5	-0.3521	9.8007	0.08311	8.3	9.0	9.8	10.7	11.6
77.0	-0.3521	9.8963	0.08314	8.4	9.1	9.9	10.8	11.7
77.5	-0.3521	9.9902	0.08317	8.5	9.2	10.0	10.9	11.9
78.0	-0.3521	10.0827	0.08318	8.6	9.3	10.1	11.0	12.0
78.5	-0.3521	10.1741	0.08318	8.7	9.4	10.2	11.1	12.1
79.0	-0.3521	10.2649	0.08316	8.7	9.5	10.3	11.2	12.2
79.5	-0.3521	10.3558	0.08313	8.8	9.5	10.4	11.3	12.3
80.0	-0.3521	10.4475	0.08308	8.9	9.6	10.4	11.4	12.4
80.5	-0.3521	10.5405	0.08301	9.0	9.7	10.5	11.5	12.5

Longitud en cm				Peso en kg				
	L	M	S	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
81.0	-0.3521	10.6352	0.08293	9.1	9.8	10.6	11.6	12.6
81.5	-0.3521	10.7322	0.08284	9.1	9.9	10.7	11.7	12.7
82.0	-0.3521	10.8321	0.08273	9.2	10.0	10.8	11.8	12.8
82.5	-0.3521	10.9350	0.08260	9.3	10.1	10.9	11.9	13.0
83.0	-0.3521	11.0415	0.08246	9.4	10.2	11.0	12.0	13.1
83.5	-0.3521	11.1516	0.08231	9.5	10.3	11.2	12.1	13.2
84.0	-0.3521	11.2651	0.08215	9.6	10.4	11.3	12.2	13.3
84.5	-0.3521	11.3817	0.08198	9.7	10.5	11.4	12.4	13.5
85.0	-0.3521	11.5007	0.08181	9.8	10.6	11.5	12.5	13.6
85.5	-0.3521	11.6218	0.08163	9.9	10.7	11.6	12.6	13.7
86.0	-0.3521	11.7444	0.08145	10.0	10.8	11.7	12.8	13.9
86.5	-0.3521	11.8678	0.08128	10.1	11.0	11.9	12.9	14.0
87.0	-0.3521	11.9916	0.08111	10.2	11.1	12.0	13.0	14.2
87.5	-0.3521	12.1152	0.08096	10.4	11.2	12.1	13.2	14.3
88.0	-0.3521	12.2382	0.08082	10.5	11.3	12.2	13.3	14.5
88.5	-0.3521	12.3603	0.08069	10.6	11.4	12.4	13.4	14.6
89.0	-0.3521	12.4815	0.08058	10.7	11.5	12.5	13.5	14.7
89.5	-0.3521	12.6017	0.08048	10.8	11.6	12.6	13.7	14.9
90.0	-0.3521	12.7209	0.08041	10.9	11.8	12.7	13.8	15.0
90.5	-0.3521	12.8392	0.08034	11.0	11.9	12.8	13.9	15.1
91.0	-0.3521	12.9569	0.08030	11.1	12.0	13.0	14.1	15.3
91.5	-0.3521	13.0742	0.08026	11.2	12.1	13.1	14.2	15.4
92.0	-0.3521	13.1910	0.08025	11.3	12.2	13.2	14.3	15.6
92.5	-0.3521	13.3075	0.08025	11.4	12.3	13.3	14.4	15.7

ETAPA PREESCOLAR

En esta etapa es de vital importancia que los padres conozcan a profundidad como debe ser el adecuado manejo para la introducción de alimentos de sus hijos puesto que estos aun no son capaces de tener esa responsabilidad y todo el peso cae en los padres, este punto será clave para la alimentación de los niños.

La dieta debe ser variada, equilibrada e individualizada, sin normas nutricionales rígidas, incluyendo alimentos de todos los grupos, con no más de un 25% de calorías en forma de un solo alimento y valorando los gustos, las condiciones socioeconómicas y las costumbres del niño.

Atender más a la calidad que a la cantidad de los alimentos.

Considerar la complementación proteica mediante la combinación de alimentos proteicos en la misma comida, para compensar los aminoácidos esenciales y mejorar su valor biológico.

Presentar los alimentos de forma atractiva y variada.

El 90% de los carbohidratos deben ser complejos y menos del 10% de azúcares simples con reducción del consumo de sacarosa para la prevención de las caries y la dislipidemia.

Restringir las comidas rápidas ya que poseen un alto aporte de sal, azúcares y grasas, con bajo contenido en minerales y vitaminas y una gran adicción a la misma.

Estimularle para que coma solo, usando los cubiertos. Dedicar el tiempo necesario para que aprenda a comer disfrutándolo.

La distribución calórica debe ser de un 50-55% de hidratos de carbono (principalmente complejos y menos del 10% de refinados), un 30-35% de grasas (con equilibrio entre las grasas animales y vegetales) y un 15% de proteínas de origen animal y vegetal al 50%. (Peña, 2020)

Las proteínas deberán estipularse con referencia de entre 1,1 g/kg peso/día

Calcio: 500 mg/día

Hierro: 7 mg /día

Fósforo: 460 mg/día

Zinc: 3 mg/día

Vitamina D: 200 ui por día

El objetivo de esta distribución es asegurar el crecimiento y el desarrollo del niño, adecuándose al estado físico en el que se encuentra

Existen múltiples fórmulas para calcular el requerimiento calórico de los infantes, a continuación se mostrarán:

Niños 3-8 años: REE = 88,5 - 61,9 x edad (años) + NA x (26,7 x peso [kg] + 903 x talla [m]) + 20 (kcal para depósito energía)

Niñas 3-8 años: REE = 135,3 - 30,8 x edad (años) + NA x (10,0 x peso [kg] + 934 x talla [m]) + 20 (kcal para depósito energía)

NAF se refiere al grado de actividad física: NA= 1,0 si NAF => 1 < 1,4 (sedentario); NA= 1,12 si NAF => 1,4 < 1,6 (activo bajo); NA= 1,27 si NAF => 1,6 < 1,9 (activo); NA= 1,45 si NAF => 1,9 < 2,5 (muy activo)

Los percentiles para esta etapa son los siguientes:

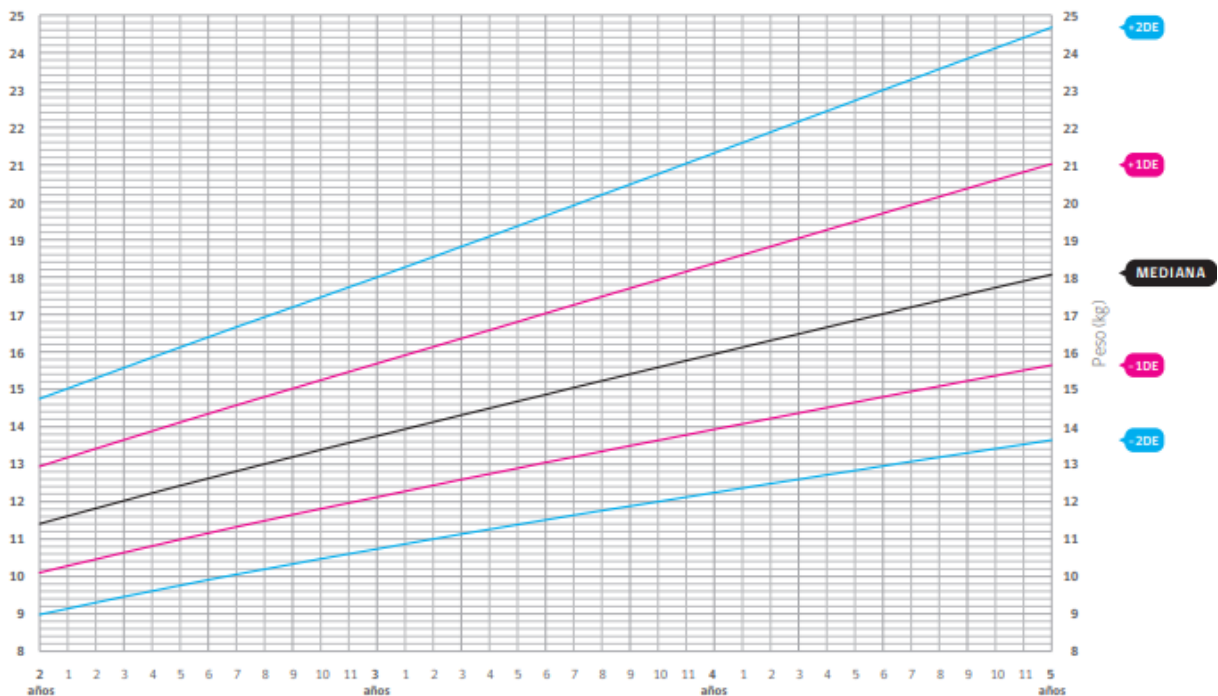
Niñas:



Peso por edad en niñas de 2 años a 5 años
MEDIANA Y DESVIACIÓN ESTÁNDAR

Peso por edad (P/E)

2 años a 5 años

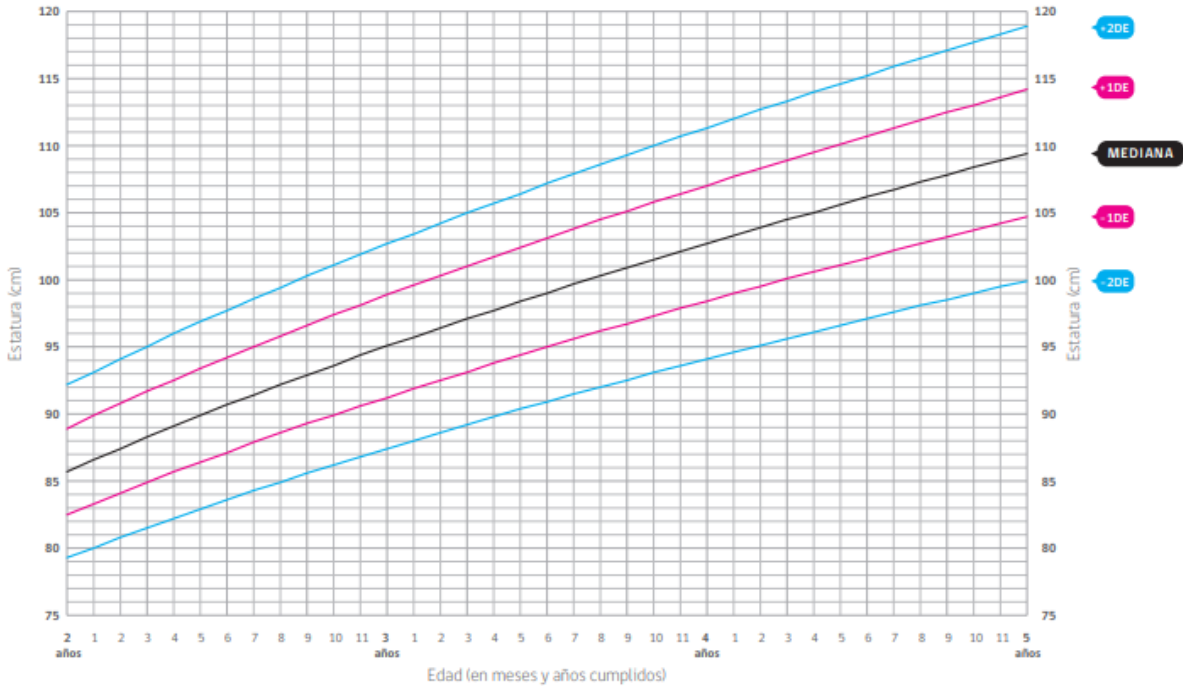




Estatura por edad en niñas de 2 años a 5 años
MEDIANA Y DESVIACIÓN ESTÁNDAR

Talla por edad (T/E)

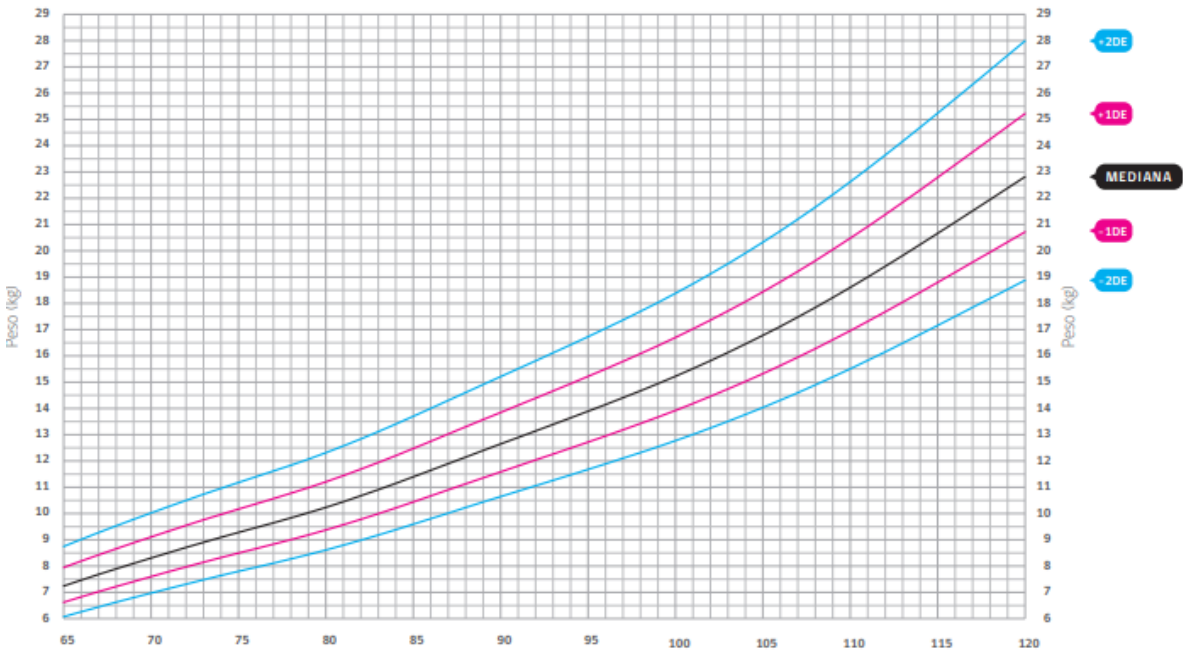
2 años a 5 años



Peso por estatura en niñas de 2 años a 5 años, de 65 cm a 120 cm
MEDIANA Y DESVIACIÓN ESTÁNDAR

Peso por talla (P/T)

2 años a 5 años



Tablas de crecimiento, peso para la edad



Peso por edad en niñas desde el nacimiento a 5 años (z-scores)

Edad años	Meses	L	M	S	DE
3:0	36	-0.3201	13.8503	0.12919	10.8 12.2 13.9 15.8 18.1
3:1	37	-0.3216	14.0385	0.12988	10.9 12.4 14.0 16.0 18.4
3:2	38	-0.3230	14.2265	0.13059	11.1 12.5 14.2 16.3 18.7
3:3	39	-0.3243	14.4140	0.13135	11.2 12.7 14.4 16.5 19.0
3:4	40	-0.3257	14.6010	0.13213	11.3 12.8 14.6 16.7 19.2
3:5	41	-0.3270	14.7873	0.13293	11.5 13.0 14.8 16.9 19.5
3:6	42	-0.3283	14.9727	0.13376	11.6 13.1 15.0 17.2 19.8
3:7	43	-0.3296	15.1573	0.13460	11.7 13.3 15.2 17.4 20.1
3:8	44	-0.3309	15.3410	0.13545	11.8 13.4 15.3 17.6 20.4
3:9	45	-0.3322	15.5240	0.13630	12.0 13.6 15.5 17.8 20.7
3:10	46	-0.3335	15.7064	0.13716	12.1 13.7 15.7 18.1 20.9
3:11	47	-0.3348	15.8882	0.13800	12.2 13.9 15.9 18.3 21.2

Edad años:meses	Meses	Peso en kg							
		L	M	S	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
4:0	48	-0.3361	16.0697	0.13884	12.3	14.0	16.1	18.5	21.5
4:1	49	-0.3374	16.2511	0.13968	12.4	14.2	16.3	18.8	21.8
4:2	50	-0.3387	16.4322	0.14051	12.6	14.3	16.4	19.0	22.1
4:3	51	-0.3400	16.6133	0.14132	12.7	14.5	16.6	19.2	22.4
4:4	52	-0.3414	16.7942	0.14213	12.8	14.6	16.8	19.4	22.6
4:5	53	-0.3427	16.9748	0.14293	12.9	14.8	17.0	19.7	22.9
4:6	54	-0.3440	17.1551	0.14371	13.0	14.9	17.2	19.9	23.2
4:7	55	-0.3453	17.3347	0.14448	13.2	15.1	17.3	20.1	23.5
4:8	56	-0.3466	17.5136	0.14525	13.3	15.2	17.5	20.3	23.8
4:9	57	-0.3479	17.6916	0.14600	13.4	15.3	17.7	20.6	24.1
4:10	58	-0.492	17.8686	0.14675	13.5	15.5	17.9	20.8	24.4
4:11	59	-0.3505	18.0445	0.14748	13.6	15.6	18.0	21.0	24.6
5:0	60	-0.3518	18.2193	0.14821	13.7	15.8	18.2	21.2	24.9

Longitud/talla para edad



Longitud/estatura por edad en niñas desde el nacimiento a 5 años (z-scores)

Edad años	Meses	L	M	S	DE	
3:0	36	1	95.0515	0.04006	3.8078	87.4 91.2 95.1 98.9 102.7
3:1	37	1	95.7399	0.04024	3.8526	88.0 91.9 95.7 99.6 103.4
3:2	38	1	96.4187	0.04041	3.8963	88.6 92.5 96.4 100.3 104.2
3:3	39	1	97.0885	0.04057	3.9389	89.2 93.1 97.1 101.0 105.0
3:4	40	1	97.7493	0.04073	3.9813	89.8 93.8 97.7 101.7 105.7
3:5	41	1	98.4015	0.04089	4.0236	90.4 94.4 98.4 102.4 106.4
3:6	42	1	99.0448	0.04105	4.0658	90.9 95.0 99.0 103.1 107.2
3:7	43	1	99.6795	0.04120	4.1068	91.5 95.6 99.7 103.8 107.9
3:8	44	1	100.3058	0.04135	4.1476	92.0 96.2 100.3 104.5 108.6
3:9	45	1	100.9238	0.04150	4.1883	92.5 96.7 100.9 105.1 109.3
3:10	46	1	101.5337	0.04164	4.2279	93.1 97.3 101.5 105.8 110.0
3:11	47	1	102.1360	0.04179	4.2683	93.6 97.9 102.1 106.4 110.7
4:0	48	1	102.7312	0.04193	4.3075	94.1 98.4 102.7 107.0 111.3

Edad años:meses	Meses	Estatura en cm								
		L	M	S	DE	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
4:1	49	1	103.3197	0.04206	4.3456	94.6	99.0	103.3	107.7	112.0
4:2	50	1	103.9021	0.04220	4.3847	95.1	99.5	103.9	108.3	112.7
4:3	51	1	104.4786	0.04233	4.4226	95.6	100.1	104.5	108.9	113.3
4:4	52	1	105.0494	0.04246	4.4604	96.1	100.6	105.0	109.5	114.0
4:5	53	1	105.6148	0.04259	4.4981	96.6	101.1	105.6	110.1	114.6
4:6	54	1	106.1748	0.04272	4.5358	97.1	101.6	106.2	110.7	115.2
4:7	55	1	106.7295	0.04285	4.5734	97.6	102.2	106.7	111.3	115.9
4:8	56	1	107.2788	0.04298	4.6108	98.1	102.7	107.3	111.9	116.5
4:9	57	1	107.8227	0.04310	4.6472	98.5	103.2	107.8	112.5	117.1
4:10	58	1	108.3613	0.04322	4.6834	99.0	103.7	108.4	113.0	117.7
4:11	59	1	108.8948	0.04334	4.7195	99.5	104.2	108.9	113.6	118.3
5:0	60	1	109.4233	0.04347	4.7566	99.9	104.7	109.4	114.2	118.9

Peso para estatura



Peso por estatura en niñas de 2 años a 5 años,
de 65 cm a 120 cm (z-scores)

Peso por talla (P/T)

2 años a 5 años

Estatura en cm	L	M	S	Peso en kg				
				-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
65.0	-0.3833	7.2402	0.09113	6.1	6.6	7.2	7.9	8.7
65.5	-0.3833	7.3523	0.09109	6.2	6.7	7.4	8.1	8.9
66.0	-0.3833	7.4630	0.09104	6.3	6.8	7.5	8.2	9.0
66.5	-0.3833	7.5724	0.09099	6.4	6.9	7.6	8.3	9.1
67.0	-0.3833	7.6806	0.09094	6.4	7.0	7.7	8.4	9.3
67.5	-0.3833	7.7874	0.09088	6.5	7.1	7.8	8.5	9.4
68.0	-0.3833	7.8930	0.09083	6.6	7.2	7.9	8.7	9.5
68.5	-0.3833	7.9976	0.09077	6.7	7.3	8.0	8.8	9.7
69.0	-0.3833	8.1012	0.09071	6.8	7.4	8.1	8.9	9.8
69.5	-0.3833	8.2039	0.09065	6.9	7.5	8.2	9.0	9.9
70.0	-0.3833	8.3058	0.09059	7.0	7.6	8.3	9.1	10.0
70.5	-0.3833	8.4071	0.09053	7.1	7.7	8.4	9.2	10.1
71.0	-0.3833	8.5078	0.09047	7.1	7.8	8.5	9.3	10.3
71.5	-0.3833	8.6078	0.09041	7.2	7.9	8.6	9.4	10.4
72.0	-0.3833	8.7070	0.09035	7.3	8.0	8.7	9.5	10.5
72.5	-0.3833	8.8053	0.09028	7.4	8.1	8.8	9.7	10.6
73.0	-0.3833	8.9025	0.09022	7.5	8.1	8.9	9.8	10.7
73.5	-0.3833	8.9983	0.09016	7.6	8.2	9.0	9.9	10.8
74.0	-0.3833	9.0928	0.09009	7.6	8.3	9.1	10.0	11.0
74.5	-0.3833	9.1862	0.09003	7.7	8.4	9.2	10.1	11.1
75.0	-0.3833	9.2786	0.08996	7.8	8.5	9.3	10.2	11.2
75.5	-0.3833	9.3703	0.08989	7.9	8.6	9.4	10.3	11.3
76.0	-0.3833	9.4617	0.08983	8.0	8.7	9.5	10.4	11.4
76.5	-0.3833	9.5533	0.08976	8.0	8.7	9.6	10.5	11.5

Estatura en cm	L	M	S	Peso en kg				
				-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
77.0	-0.3833	9.6456	0.08969	8.1	8.8	9.6	10.6	11.6
77.5	-0.3833	9.7390	0.08963	8.2	8.9	9.7	10.7	11.7
78.0	-0.3833	9.8338	0.08956	8.3	9.0	9.8	10.8	11.8
78.5	-0.3833	9.9303	0.08950	8.4	9.1	9.9	10.9	12.0
79.0	-0.3833	10.0289	0.08943	8.4	9.2	10.0	11.0	12.1
79.5	-0.3833	10.1298	0.08937	8.5	9.3	10.1	11.1	12.2
80.0	-0.3833	10.2332	0.08932	8.6	9.4	10.2	11.2	12.3
80.5	-0.3833	10.3393	0.08926	8.7	9.5	10.3	11.3	12.4
81.0	-0.3833	10.4477	0.08921	8.8	9.6	10.4	11.4	12.6
81.5	-0.3833	10.5586	0.08916	8.9	9.7	10.6	11.6	12.7
82.0	-0.3833	10.6719	0.08912	9.0	9.8	10.7	11.7	12.8
82.5	-0.3833	10.7874	0.08908	9.1	9.9	10.8	11.8	13.0
83.0	-0.3833	10.9051	0.08905	9.2	10.0	10.9	11.9	13.1
83.5	-0.3833	11.0248	0.08902	9.3	10.1	11.0	12.1	13.3
84.0	-0.3833	11.1462	0.08899	9.4	10.2	11.1	12.2	13.4
84.5	-0.3833	11.2691	0.08897	9.5	10.3	11.3	12.3	13.5
85.0	-0.3833	11.3934	0.08896	9.6	10.4	11.4	12.5	13.7
85.5	-0.3833	11.5186	0.08895	9.7	10.6	11.5	12.6	13.8
86.0	-0.3833	11.6444	0.08895	9.8	10.7	11.6	12.7	14.0
86.5	-0.3833	11.7705	0.08895	9.9	10.8	11.8	12.9	14.2
87.0	-0.3833	11.8965	0.08896	10.0	10.9	11.9	13.0	14.3
87.5	-0.3833	12.0223	0.08897	10.1	11.0	12.0	13.2	14.5
88.0	-0.3833	12.1478	0.08899	10.2	11.1	12.1	13.3	14.6
88.5	-0.3833	12.2729	0.08901	10.3	11.2	12.3	13.4	14.8

Estatura en cm	L	M	S	Peso en kg				
				-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
89.0	-0.3833	12.3976	0.08904	10.4	11.4	12.4	13.6	14.9
89.5	-0.3833	12.5220	0.08907	10.5	11.5	12.5	13.7	15.1
90.0	-0.3833	12.6461	0.08911	10.6	11.6	12.6	13.8	15.2
90.5	-0.3833	12.7700	0.08915	10.7	11.7	12.8	14.0	15.4
91.0	-0.3833	12.8939	0.08920	10.9	11.8	12.9	14.1	15.5
91.5	-0.3833	13.0177	0.08925	11.0	11.9	13.0	14.3	15.7
92.0	-0.3833	13.1415	0.08931	11.1	12.0	13.1	14.4	15.8
92.5	-0.3833	13.2654	0.08937	11.2	12.1	13.3	14.5	16.0
93.0	-0.3833	13.3896	0.08944	11.3	12.3	13.4	14.7	16.1
93.5	-0.3833	13.5142	0.08951	11.4	12.4	13.5	14.8	16.3
94.0	-0.3833	13.6393	0.08959	11.5	12.5	13.6	14.9	16.4
94.5	-0.3833	13.7650	0.08967	11.6	12.6	13.8	15.1	16.6
95.0	-0.3833	13.8914	0.08975	11.7	12.7	13.9	15.2	16.7
95.5	-0.3833	14.0186	0.08984	11.8	12.8	14.0	15.4	16.9
96.0	-0.3833	14.1466	0.08994	11.9	12.9	14.1	15.5	17.0
96.5	-0.3833	14.2757	0.09004	12.0	13.1	14.3	15.6	17.2
97.0	-0.3833	14.4059	0.09015	12.1	13.2	14.4	15.8	17.4
97.5	-0.3833	14.5376	0.09026	12.2	13.3	14.5	15.9	17.5
98.0	-0.3833	14.6710	0.09037	12.3	13.4	14.7	16.1	17.7
98.5	-0.3833	14.8062	0.09049	12.4	13.5	14.8	16.2	17.9
99.0	-0.3833	14.9434	0.09062	12.5	13.7	14.9	16.4	18.0
99.5	-0.3833	15.0828	0.09075	12.7	13.8	15.1	16.5	18.2
100.0	-0.3833	15.2246	0.09088	12.8	13.9	15.2	16.7	18.4
100.5	-0.3833	15.3687	0.09102	12.9	14.1	15.4	16.9	18.6

Estatura en cm	L	M	S	Peso en kg				
				-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
101.0	-0.3833	15.5154	0.09116	13.0	14.2	15.5	17.0	18.7
101.5	-0.3833	15.6646	0.09131	13.1	14.3	15.7	17.2	18.9
102.0	-0.3833	15.8164	0.09146	13.3	14.5	15.8	17.4	19.1
102.5	-0.3833	15.9707	0.09161	13.4	14.6	16.0	17.5	19.3
103.0	-0.3833	16.1276	0.09177	13.5	14.7	16.1	17.7	19.5
103.5	-0.3833	16.2870	0.09193	13.6	14.9	16.3	17.9	19.7
104.0	-0.3833	16.4488	0.09209	13.8	15.0	16.4	18.1	19.9
104.5	-0.3833	16.6131	0.09226	13.9	15.2	16.6	18.2	20.1
105.0	-0.3833	16.7800	0.09243	14.0	15.3	16.8	18.4	20.3
105.5	-0.3833	16.9496	0.09261	14.2	15.5	16.9	18.6	20.5
106.0	-0.3833	17.1220	0.09278	14.3	15.6	17.1	18.8	20.8
106.5	-0.3833	17.2973	0.09296	14.5	15.8	17.3	19.0	21.0
107.0	-0.3833	17.4755	0.09315	14.6	15.9	17.5	19.2	21.2
107.5	-0.3833	17.6567	0.09333	14.7	16.1	17.7	19.4	21.4
108.0	-0.3833	17.8407	0.09352	14.9	16.3	17.8	19.6	21.7
108.5	-0.3833	18.0277	0.09371	15.0	16.4	18.0	19.8	21.9
109.0	-0.3833	18.2174	0.09390	15.2	16.6	18.2	20.0	22.1
109.5	-0.3833	18.4096	0.09409	15.4	16.8	18.4	20.3	22.4
110.0	-0.3833	18.6043	0.09428	15.5	17.0	18.6	20.5	22.6
110.5	-0.3833	18.8015	0.09448	15.7	17.1	18.8	20.7	22.9
111.0	-0.3833	19.0009	0.09467	15.8	17.3	19.0	20.9	23.1
111.5	-0.3833	19.2024	0.09487	16.0	17.5	19.2	21.2	23.4
112.0	-0.3833	19.4060	0.09507	16.2	17.7	19.4	21.4	23.6
112.5	-0.3833	19.6116	0.09527	16.3	17.9	19.6	21.6	23.9

Estatura en cm				Peso en kg				
	L	M	S	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
113.0	-0.3833	19.8190	0.09546	16.5	18.0	19.8	21.8	24.2
113.5	-0.3833	20.0280	0.09566	16.7	18.2	20.0	22.1	24.4
114.0	-0.3833	20.2385	0.09586	16.8	18.4	20.2	22.3	24.7
114.5	-0.3833	20.4502	0.09606	17.0	18.6	20.5	22.6	25.0
115.0	-0.3833	20.6629	0.09626	17.2	18.8	20.7	22.8	25.2
115.5	-0.3833	20.8766	0.09646	17.3	19.0	20.9	23.0	25.5
116.0	-0.3833	21.0909	0.09666	17.5	19.2	21.1	23.3	25.8
116.5	-0.3833	21.3059	0.09686	17.7	19.4	21.3	23.5	26.1
117.0	-0.3833	21.5213	0.09707	17.8	19.6	21.5	23.8	26.3
117.5	-0.3833	21.7370	0.09727	18.0	19.8	21.7	24.0	26.6
118.0	-0.3833	21.9529	0.09747	18.2	19.9	22.0	24.2	26.9
118.5	-0.3833	22.1690	0.09767	18.4	20.1	22.2	24.5	27.2
119.0	-0.3833	22.3851	0.09788	18.5	20.3	22.4	24.7	27.4
119.5	-0.3833	22.6012	0.09808	18.7	20.5	22.6	25.0	27.7
120.0	-0.3833	22.8173	0.09828	18.9	20.7	22.8	25.2	28.0

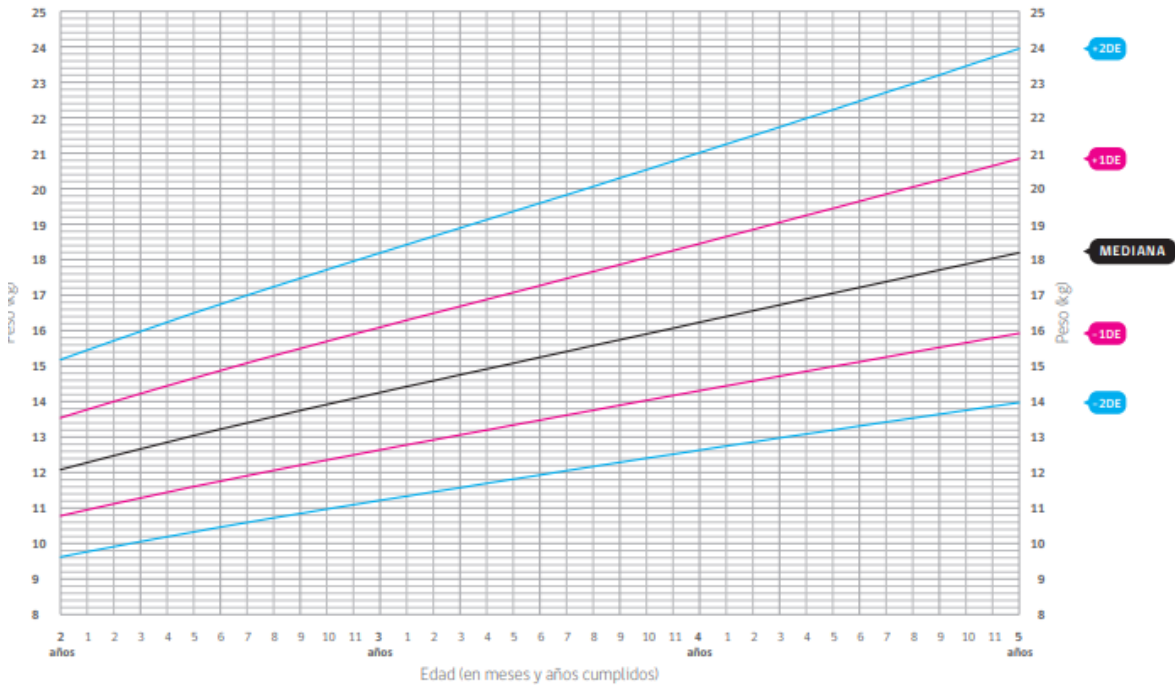
Niños:



Peso por edad en niños de 2 años a 5 años
MEDIANA Y DESVIACIÓN ESTÁNDAR

Peso por edad (P/E)

2 años a 5 años

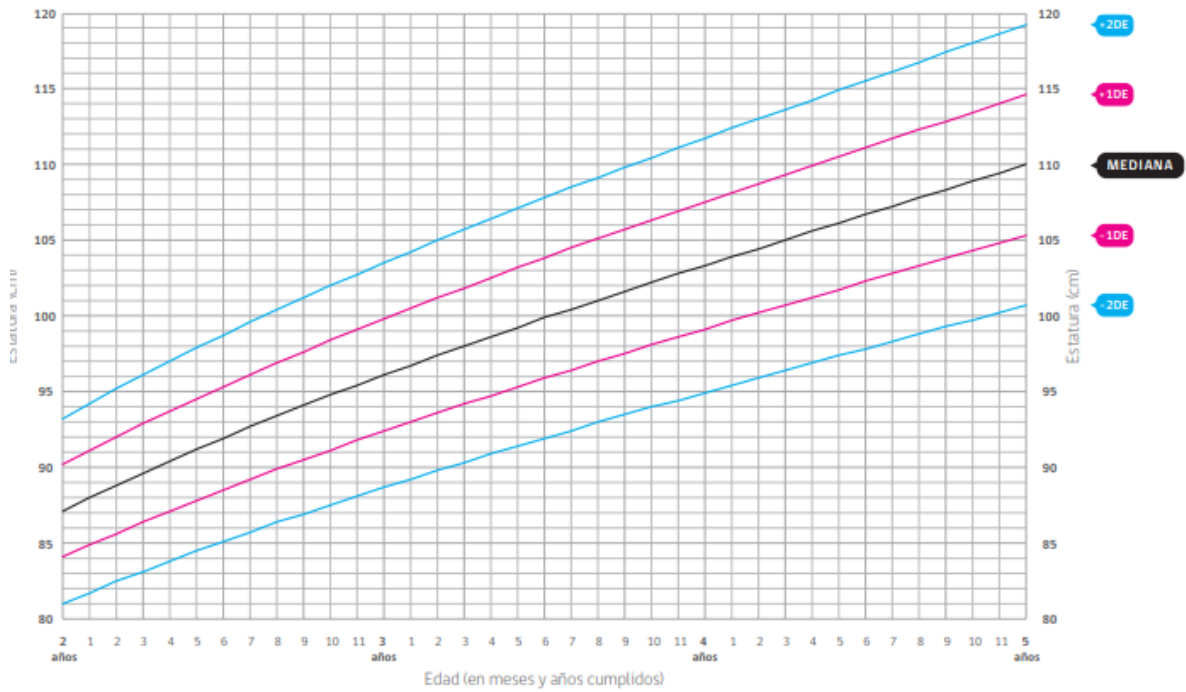




Estatura por edad en niños de 2 años a 5 años
MEDIANA Y DESVIACIÓN ESTÁNDAR

Talla por edad (T/E)

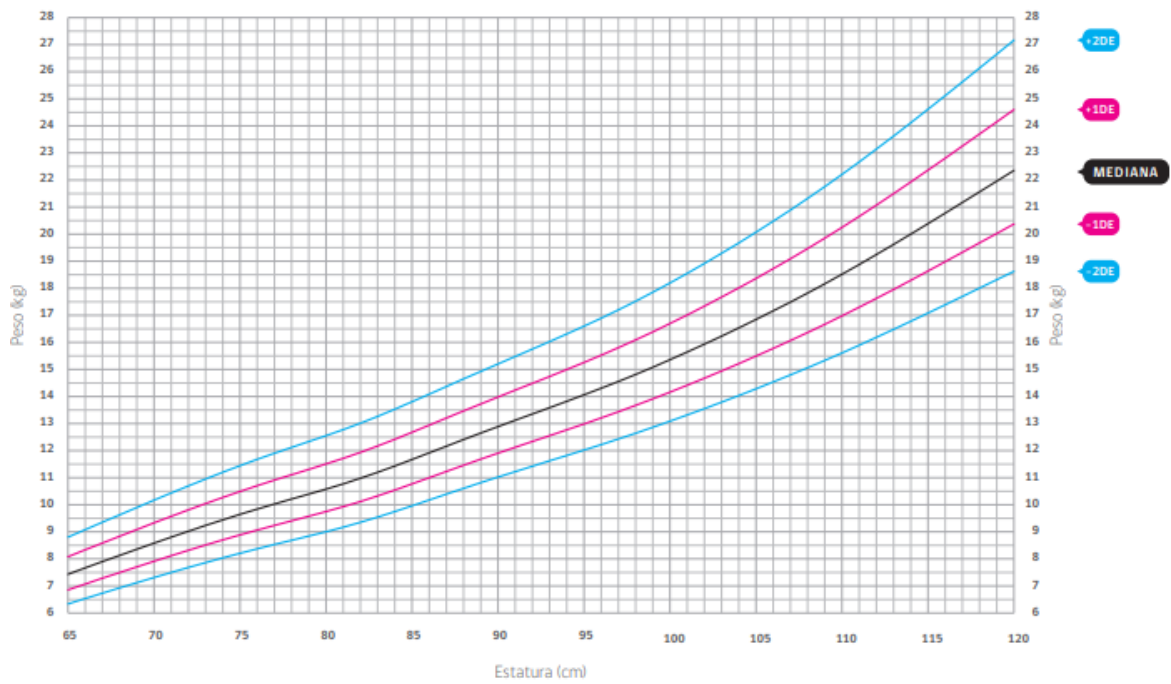
2 años a 5 años



Peso por estatura en niños de 2 años a 5 años, de 65 cm a 120 cm
MEDIANA Y DESVIACIÓN ESTÁNDAR

Peso por talla (P/T)

2 años a 5 años



Tablas de crecimiento, peso para la edad



Peso por edad en niños desde el nacimiento a 5 años (z-scores)

3.0	36	-0.0689	14.3429	0.12116	11.3	12.7	14.3	16.2	18.3
3.1	37	-0.0729	14.5113	0.12168	11.4	12.9	14.5	16.4	18.6
3.2	38	-0.0769	14.6791	0.12220	11.5	13.0	14.7	16.6	18.8
3.3	39	-0.0808	14.8466	0.12271	11.6	13.1	14.8	16.8	19.0
3.4	40	-0.0846	15.0140	0.12322	11.8	13.3	15.0	17.0	19.3
3.5	41	-0.0883	15.1813	0.12373	11.9	13.4	15.2	17.2	19.5
3.6	42	-0.0920	15.3486	0.12425	12.0	13.6	15.3	17.4	19.7
3.7	43	-0.0957	15.5158	0.12478	12.1	13.7	15.5	17.6	20.0
3.8	44	-0.0993	15.6828	0.12531	12.2	13.8	15.7	17.8	20.2
3.9	45	-0.1028	15.8497	0.12586	12.4	14.0	15.8	18.0	20.5
3.10	46	-0.1063	16.0163	0.12643	12.5	14.1	16.0	18.2	20.7
3.11	47	-0.1097	16.1827	0.12700	12.6	14.3	16.2	18.4	20.9

Edad años:meses	Meses	L	M	S	Peso en kg				
					-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
4.0	48	-0.1131	16.3489	0.12759	12.7	14.4	16.3	18.6	21.2
4.1	49	-0.1165	16.5150	0.12819	12.8	14.5	16.5	18.8	21.4
4.2	50	-0.1198	16.6811	0.12880	12.9	14.7	16.7	19.0	21.7
4.3	51	-0.1230	16.8471	0.12943	13.1	14.8	16.8	19.2	21.9
4.4	52	-0.1262	17.0132	0.13005	13.2	15.0	17.0	19.4	22.2
4.5	53	-0.1294	17.1792	0.13069	13.3	15.1	17.2	19.6	22.4
4.6	54	-0.1325	17.3452	0.13133	13.4	15.2	17.3	19.8	22.7
4.7	55	-0.1356	17.5111	0.13197	13.5	15.4	17.5	20.0	22.9
4.8	56	-0.1387	17.6768	0.13261	13.6	15.5	17.7	20.2	23.2
4.9	57	-0.1417	17.8422	0.13325	13.7	15.6	17.8	20.4	23.4
4.10	58	-0.1447	18.0073	0.13389	13.8	15.8	18.0	20.6	23.7
4.11	59	-0.1477	18.1722	0.13453	14.0	15.9	18.2	20.8	23.9
5.0	60	-0.1506	18.3366	0.13517	14.1	16.0	18.3	21.0	24.2

Longitud/talla para la edad



Longitud/estatura por edad en niños desde el nacimiento a 5 años (z-scores)

3.0	36	1	96.0835	0.03858	3.7069	88.7	92.4	96.1	99.8	103.5
3.1	37	1	96.7337	0.03879	3.7523	89.2	93.0	96.7	100.5	104.2
3.2	38	1	97.3749	0.03900	3.7976	89.8	93.6	97.4	101.2	105.0
3.3	39	1	98.0073	0.03919	3.8409	90.3	94.2	98.0	101.8	105.7
3.4	40	1	98.6310	0.03937	3.8831	90.9	94.7	98.6	102.5	106.4
3.5	41	1	99.2459	0.03954	3.9242	91.4	95.3	99.2	103.2	107.1
3.6	42	1	99.8515	0.03971	3.9651	91.9	95.9	99.9	103.8	107.8
3.7	43	1	100.4485	0.03986	4.0039	92.4	96.4	100.4	104.5	108.5
3.8	44	1	101.0374	0.04002	4.0435	93.0	97.0	101.0	105.1	109.1
3.9	45	1	101.6186	0.04016	4.0810	93.5	97.5	101.6	105.7	109.8
3.10	46	1	102.1933	0.04031	4.1194	94.0	98.1	102.2	106.3	110.4
3.11	47	1	102.7625	0.04045	4.1567	94.4	98.6	102.8	106.9	111.1
4.0	48	1	103.3273	0.04059	4.1941	94.9	99.1	103.3	107.5	111.7

Edad años:meses	Meses	L	M	S	DE	Estatura en cm				
						-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
4.1	49	1	103.8886	0.04073	4.2314	95.4	99.7	103.9	108.1	112.4
4.2	50	1	104.4473	0.04086	4.2677	95.9	100.2	104.4	108.7	113.0
4.3	51	1	105.0041	0.04100	4.3052	96.4	100.7	105.0	109.3	113.6
4.4	52	1	105.5596	0.04113	4.3417	96.9	101.2	105.6	109.9	114.2
4.5	53	1	106.1138	0.04126	4.3783	97.4	101.7	106.1	110.5	114.9
4.6	54	1	106.6668	0.04139	4.4149	97.8	102.3	106.7	111.1	115.5
4.7	55	1	107.2188	0.04152	4.4517	98.3	102.8	107.2	111.7	116.1
4.8	56	1	107.7697	0.04165	4.4886	98.8	103.3	107.8	112.3	116.7
4.9	57	1	108.3198	0.04177	4.5245	99.3	103.8	108.3	112.8	117.4
4.10	58	1	108.8689	0.04190	4.5616	99.7	104.3	108.9	113.4	118.0
4.11	59	1	109.4170	0.04202	4.5977	100.2	104.8	109.4	114.0	118.6
5.0	60	1	109.9638	0.04214	4.6339	100.7	105.3	110.0	114.6	119.2

Peso para la estatura



Peso por estatura en niños de 2 años a 5 años,
de 65 cm a 120 cm (z-scores)

Peso por talla (P/T)

2 años a 5 años

Estatura en cm	L	M	S	Peso en kg				
				-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
65.0	-0.3521	7.4327	0.08217	6.3	6.9	7.4	8.1	8.8
65.5	-0.3521	7.5504	0.08214	6.4	7.0	7.6	8.2	8.9
66.0	-0.3521	7.6673	0.08212	6.5	7.1	7.7	8.3	9.1
66.5	-0.3521	7.7834	0.08212	6.6	7.2	7.8	8.5	9.2
67.0	-0.3521	7.8986	0.08213	6.7	7.3	7.9	8.6	9.4
67.5	-0.3521	8.0132	0.08214	6.8	7.4	8.0	8.7	9.5
68.0	-0.3521	8.1272	0.08217	6.9	7.5	8.1	8.8	9.6
68.5	-0.3521	8.2410	0.08221	7.0	7.6	8.2	9.0	9.8
69.0	-0.3521	8.3547	0.08226	7.1	7.7	8.4	9.1	9.9
69.5	-0.3521	8.4680	0.08231	7.2	7.8	8.5	9.2	10.0
70.0	-0.3521	8.5808	0.08237	7.3	7.9	8.6	9.3	10.2
70.5	-0.3521	8.6927	0.08243	7.4	8.0	8.7	9.5	10.3
71.0	-0.3521	8.8036	0.08250	7.5	8.1	8.8	9.6	10.4
71.5	-0.3521	8.9135	0.08257	7.6	8.2	8.9	9.7	10.6
72.0	-0.3521	9.0221	0.08264	7.7	8.3	9.0	9.8	10.7
72.5	-0.3521	9.1292	0.08272	7.8	8.4	9.1	9.9	10.8
73.0	-0.3521	9.2347	0.08278	7.9	8.5	9.2	10.0	11.0
73.5	-0.3521	9.3390	0.08285	7.9	8.6	9.3	10.2	11.1
74.0	-0.3521	9.4420	0.08292	8.0	8.7	9.4	10.3	11.2
74.5	-0.3521	9.5438	0.08298	8.1	8.8	9.5	10.4	11.3
75.0	-0.3521	9.6440	0.08303	8.2	8.9	9.6	10.5	11.4
75.5	-0.3521	9.7425	0.08308	8.3	9.0	9.7	10.6	11.6
76.0	-0.3521	9.8392	0.08312	8.4	9.1	9.8	10.7	11.7
76.5	-0.3521	9.9341	0.08315	8.5	9.2	9.9	10.8	11.8

Estatura en cm	L	M	S	Peso en kg				
				-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
77.0	-0.3521	10.0274	0.08317	8.5	9.2	10.0	10.9	11.9
77.5	-0.3521	10.1194	0.08318	8.6	9.3	10.1	11.0	12.0
78.0	-0.3521	10.2105	0.08317	8.7	9.4	10.2	11.1	12.1
78.5	-0.3521	10.3012	0.08315	8.8	9.5	10.3	11.2	12.2
79.0	-0.3521	10.3923	0.08311	8.8	9.6	10.4	11.3	12.3
79.5	-0.3521	10.4845	0.08305	8.9	9.7	10.5	11.4	12.4
80.0	-0.3521	10.5781	0.08298	9.0	9.7	10.6	11.5	12.6
80.5	-0.3521	10.6737	0.08290	9.1	9.8	10.7	11.6	12.7
81.0	-0.3521	10.7718	0.08279	9.2	9.9	10.8	11.7	12.8
81.5	-0.3521	10.8728	0.08268	9.3	10.0	10.9	11.8	12.9
82.0	-0.3521	10.9772	0.08255	9.3	10.1	11.0	11.9	13.0
82.5	-0.3521	11.0851	0.08241	9.4	10.2	11.1	12.1	13.1
83.0	-0.3521	11.1966	0.08225	9.5	10.3	11.2	12.2	13.3
83.5	-0.3521	11.3114	0.08209	9.6	10.4	11.3	12.3	13.4
84.0	-0.3521	11.4290	0.08191	9.7	10.5	11.4	12.4	13.5
84.5	-0.3521	11.5490	0.08174	9.9	10.7	11.5	12.5	13.7
85.0	-0.3521	11.6707	0.08156	10.0	10.8	11.7	12.7	13.8
85.5	-0.3521	11.7937	0.08138	10.1	10.9	11.8	12.8	13.9
86.0	-0.3521	11.9173	0.08121	10.2	11.0	11.9	12.9	14.1
86.5	-0.3521	12.0411	0.08105	10.3	11.1	12.0	13.1	14.2
87.0	-0.3521	12.1645	0.08090	10.4	11.2	12.2	13.2	14.4
87.5	-0.3521	12.2871	0.08076	10.5	11.3	12.3	13.3	14.5
88.0	-0.3521	12.4089	0.08064	10.6	11.5	12.4	13.5	14.7
88.5	-0.3521	12.5298	0.08054	10.7	11.6	12.5	13.6	14.8

Estatura en cm	L	M	S	Peso en kg				
				-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
89.0	-0.3521	12.6495	0.08045	10.8	11.7	12.6	13.7	14.9
89.5	-0.3521	12.7683	0.08038	10.9	11.8	12.8	13.9	15.1
90.0	-0.3521	12.8864	0.08032	11.0	11.9	12.9	14.0	15.2
90.5	-0.3521	13.0038	0.08028	11.1	12.0	13.0	14.1	15.3
91.0	-0.3521	13.1209	0.08025	11.2	12.1	13.1	14.2	15.5
91.5	-0.3521	13.2376	0.08024	11.3	12.2	13.2	14.4	15.6
92.0	-0.3521	13.3541	0.08025	11.4	12.3	13.4	14.5	15.8
92.5	-0.3521	13.4705	0.08027	11.5	12.4	13.5	14.6	15.9
93.0	-0.3521	13.5870	0.08031	11.6	12.6	13.6	14.7	16.0
93.5	-0.3521	13.7041	0.08036	11.7	12.7	13.7	14.9	16.2
94.0	-0.3521	13.8217	0.08043	11.8	12.8	13.8	15.0	16.3
94.5	-0.3521	13.9403	0.08051	11.9	12.9	13.9	15.1	16.5
95.0	-0.3521	14.0600	0.08060	12.0	13.0	14.1	15.3	16.6
95.5	-0.3521	14.1811	0.08071	12.1	13.1	14.2	15.4	16.7
96.0	-0.3521	14.3037	0.08083	12.2	13.2	14.3	15.5	16.9
96.5	-0.3521	14.4282	0.08097	12.3	13.3	14.4	15.7	17.0
97.0	-0.3521	14.5547	0.08112	12.4	13.4	14.6	15.8	17.2
97.5	-0.3521	14.6832	0.08129	12.5	13.6	14.7	15.9	17.4
98.0	-0.3521	14.8140	0.08146	12.6	13.7	14.8	16.1	17.5
98.5	-0.3521	14.9468	0.08165	12.8	13.8	14.9	16.2	17.7
99.0	-0.3521	15.0818	0.08185	12.9	13.9	15.1	16.4	17.9
99.5	-0.3521	15.2187	0.08206	13.0	14.0	15.2	16.5	18.0
100.0	-0.3521	15.3576	0.08229	13.1	14.2	15.4	16.7	18.2
100.5	-0.3521	15.4985	0.08252	13.2	14.3	15.5	16.9	18.4

Estatura en cm	L	M	S	Peso en kg				
				-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
101.0	-0.3521	15.6412	0.08277	13.3	14.4	15.6	17.0	18.5
101.5	-0.3521	15.7857	0.08302	13.4	14.5	15.8	17.2	18.7
102.0	-0.3521	15.9320	0.08328	13.6	14.7	15.9	17.3	18.9
102.5	-0.3521	16.0801	0.08354	13.7	14.8	16.1	17.5	19.1
103.0	-0.3521	16.2298	0.08381	13.8	14.9	16.2	17.7	19.3
103.5	-0.3521	16.3812	0.08408	13.9	15.1	16.4	17.8	19.5
104.0	-0.3521	16.5342	0.08436	14.0	15.2	16.5	18.0	19.7
104.5	-0.3521	16.6889	0.08464	14.2	15.4	16.7	18.2	19.9
105.0	-0.3521	16.8454	0.08493	14.3	15.5	16.8	18.4	20.1
105.5	-0.3521	17.0036	0.08521	14.4	15.6	17.0	18.5	20.3
106.0	-0.3521	17.1637	0.08551	14.5	15.8	17.2	18.7	20.5
106.5	-0.3521	17.3256	0.08580	14.7	15.9	17.3	18.9	20.7
107.0	-0.3521	17.4894	0.08611	14.8	16.1	17.5	19.1	20.9
107.5	-0.3521	17.6550	0.08641	14.9	16.2	17.7	19.3	21.1
108.0	-0.3521	17.8226	0.08673	15.1	16.4	17.8	19.5	21.3
108.5	-0.3521	17.9924	0.08704	15.2	16.5	18.0	19.7	21.5
109.0	-0.3521	18.1645	0.08736	15.3	16.7	18.2	19.8	21.8
109.5	-0.3521	18.3390	0.08768	15.5	16.8	18.3	20.0	22.0
110.0	-0.3521	18.5158	0.08800	15.6	17.0	18.5	20.2	22.2
110.5	-0.3521	18.6948	0.08832	15.8	17.1	18.7	20.4	22.4
111.0	-0.3521	18.8759	0.08864	15.9	17.3	18.9	20.7	22.7
111.5	-0.3521	19.0590	0.08896	16.0	17.5	19.1	20.9	22.9
112.0	-0.3521	19.2439	0.08928	16.2	17.6	19.2	21.1	23.1
112.5	-0.3521	19.4304	0.08960	16.3	17.8	19.4	21.3	23.4



Peso por estatura en niños de 2 años a 5 años,
de 65 cm a 120 cm (z-scores)

Estatura en cm				Peso en kg				
	L	M	S	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
113.0	-0.3521	19.6185	0.08991	16.5	18.0	19.6	21.5	23.6
113.5	-0.3521	19.8081	0.09022	16.6	18.1	19.8	21.7	23.9
114.0	-0.3521	19.9990	0.09054	16.8	18.3	20.0	21.9	24.1
114.5	-0.3521	20.1912	0.09085	16.9	18.5	20.2	22.1	24.4
115.0	-0.3521	20.3846	0.09116	17.1	18.6	20.4	22.4	24.6
115.5	-0.3521	20.5789	0.09147	17.2	18.8	20.6	22.6	24.9
116.0	-0.3521	20.7741	0.09177	17.4	19.0	20.8	22.8	25.1
116.5	-0.3521	20.9700	0.09208	17.5	19.2	21.0	23.0	25.4
117.0	-0.3521	21.1666	0.09239	17.7	19.3	21.2	23.3	25.6
117.5	-0.3521	21.3636	0.09270	17.9	19.5	21.4	23.5	25.9
118.0	-0.3521	21.5611	0.09300	18.0	19.7	21.6	23.7	26.1
118.5	-0.3521	21.7588	0.09331	18.2	19.9	21.8	23.9	26.4
119.0	-0.3521	21.9568	0.09362	18.3	20.0	22.0	24.1	26.6
119.5	-0.3521	22.1549	0.09393	18.5	20.2	22.2	24.4	26.9
120.0	-0.3521	22.3530	0.09424	18.6	20.4	22.4	24.6	27.2

ETAPA ESCOLAR

En esta etapa de la vida se debe consolidar los hábitos nutricionales. Aprendizaje se da por imitación y copia de las costumbres alimentarias en su familia. Ahí radica la importancia de que todos los miembros de la familia, sirvan como ejemplo de una alimentación adecuada y correcta.

Se deben vigilar los menús escolares en caso de contar con los que brindan las escuelas, en caso contrario procurar que los desayunos que lleven a la escuela consten de verduras como más abundante, cereales en segundo plano, carnes magras y de ser posible fruta como postre o colación. No se deben incluir alimentos procesados como galletas, jugos o yogurt debido a la gran cantidad de azúcar que poseen. El agua debe ser la bebida de elección.

Los menús escolares deben aportar el 30-35% de los requerimientos energéticos y al menos el 50% de las proteínas diarias.

Se contemplan los macronutrientes al igual que en la etapa preescolar, pero con un ajuste en proteínas: 50-55% de hidratos de carbono (principalmente complejos y menos del 10% de refinados), un 30-35% de grasas (con equilibrio entre las grasas animales y vegetales). Las proteínas se manejarán de 0.95 g /kg/ día

Los micronutrientes serán:

Calcio: 800-1300 mg/día

Hierro: 10-8 mg/día

Fósforo: 500-1.250 mg/día

Zinc: 5-8 mg/día

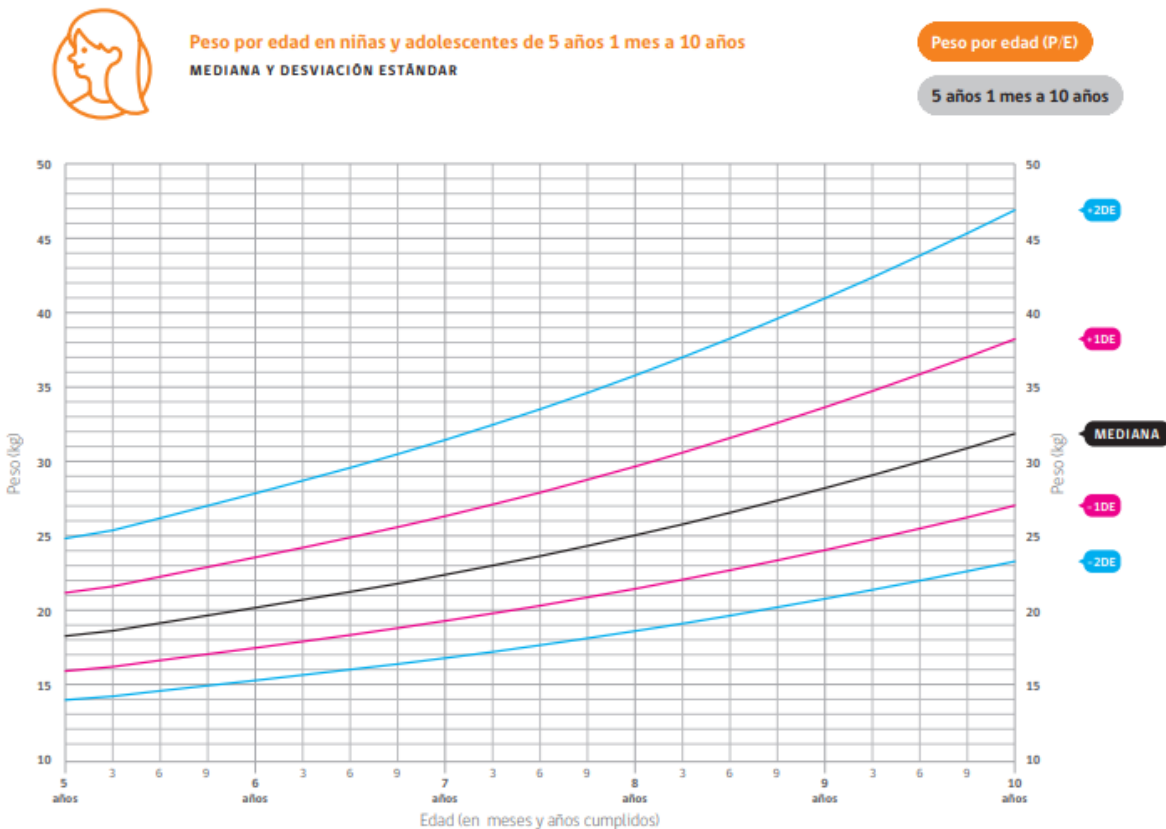
Vitamina D: 400 UI diarias (mínimo)

La FAO-OMS estipula fórmulas para el gasto energético basal y son las siguientes:

	Edad (años)	Ecuación
Varones	0-3	Kcal/día = (88.0 x peso) - 51
	3-10	Kcal/día = (22.7 x peso) - 495
	10-18	Kcal/día = (17.5 x peso) + 651
Mujeres	0-3	Kcal/día = (81.0 x peso) - 51
	3-10	Kcal/día = (22.5 x peso) - 499
	10-18	Kcal/día = (12.2 x peso) + 746

Los percentiles utilizados para esta etapa son los siguientes y se interpretan de la misma manera:

Niñas

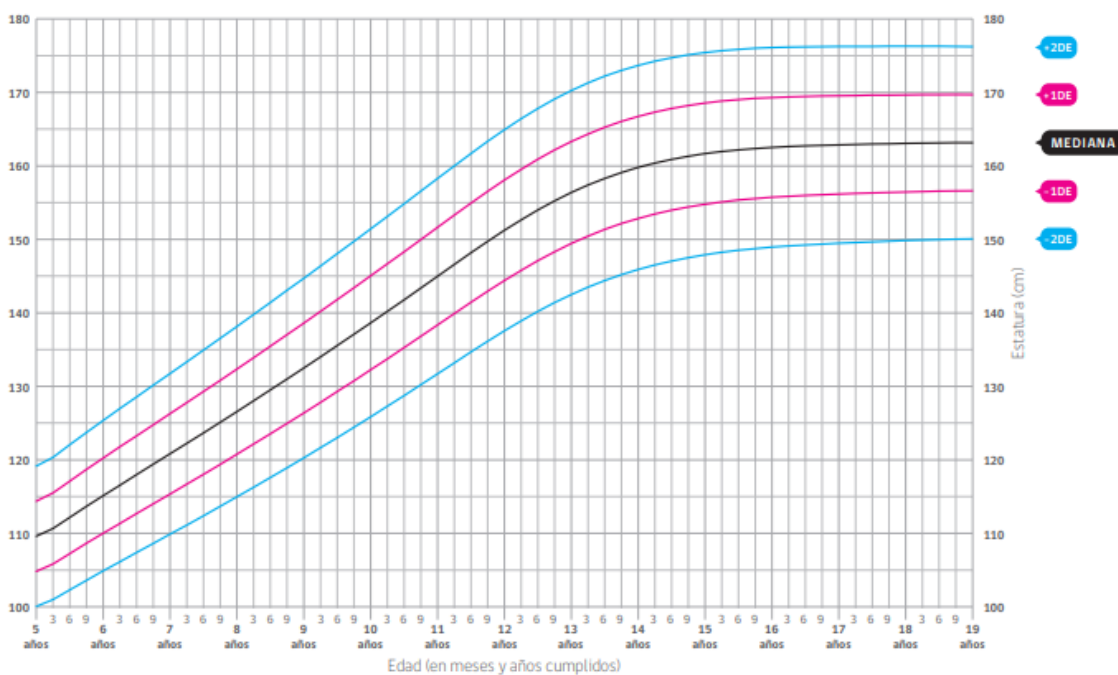




Estatura por edad en niñas y adolescentes de 5 años 1 mes a 19 años
MEDIANA Y DESVIACIÓN ESTÁNDAR

Talla por edad (T/E)

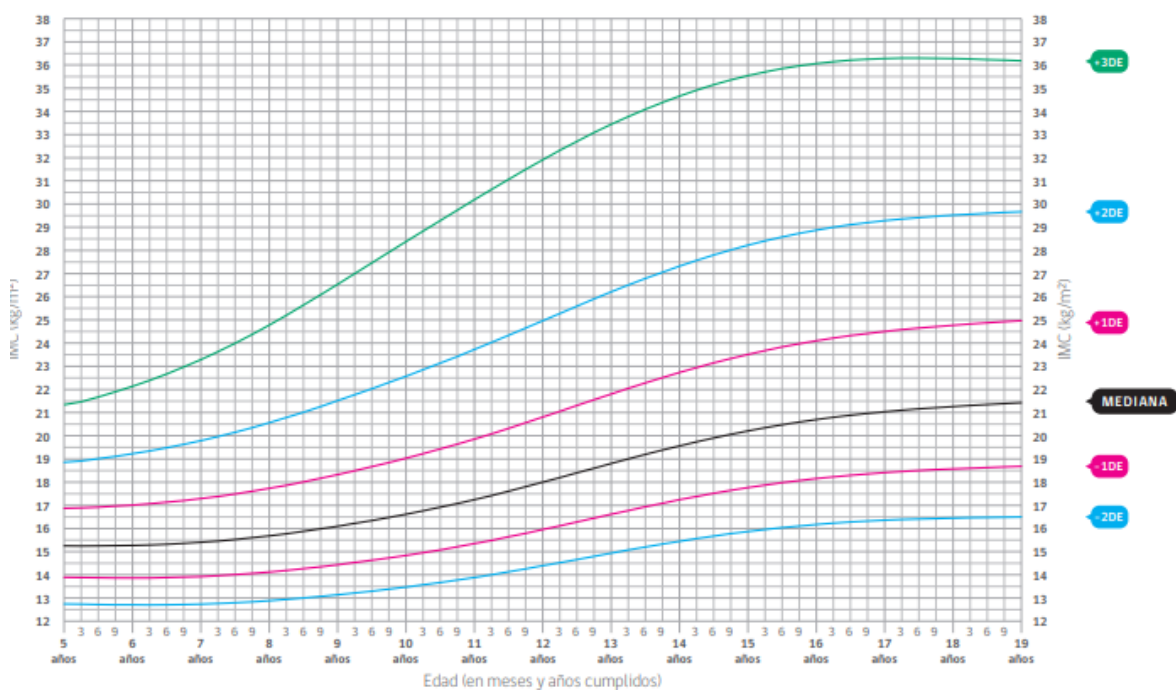
5 años 1 mes a 19 años



IMC por edad en niñas y adolescentes de 5 años 1 mes a 19 años
MEDIANA Y DESVIACIÓN ESTÁNDAR

IMC por edad (IMC/E)

5 años 1 mes a 19 años





Peso por edad en niñas de 5 años 1 mes a 10 años (z-scores)

Peso por edad (P/E)

5 años 1 mes a 10 años

Edad años:meses	Meses				Peso en kg				
		L	M	S	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
5:1	61	-0.4681	18.2579	0.14295	14.0	15.9	18.3	21.2	24.8
5:2	62	-0.4711	18.4329	0.14350	14.1	16.0	18.4	21.4	25.1
5:3	63	-0.4742	18.6073	0.14404	14.2	16.2	18.6	21.6	25.4
5:4	64	-0.4773	18.7811	0.14459	14.3	16.3	18.8	21.8	25.6
5:5	65	-0.4803	18.9545	0.14514	14.4	16.5	19.0	22.0	25.9
5:6	66	-0.4834	19.1276	0.14569	14.6	16.6	19.1	22.2	26.2
5:7	67	-0.4864	19.3004	0.14624	14.7	16.8	19.3	22.5	26.5
5:8	68	-0.4894	19.4730	0.14679	14.8	16.9	19.5	22.7	26.7
5:9	69	-0.4924	19.6455	0.14735	14.9	17.0	19.6	22.9	27.0
5:10	70	-0.4954	19.8180	0.14790	15.0	17.2	19.8	23.1	27.3
5:11	71	-0.4984	19.9908	0.14845	15.2	17.3	20.0	23.3	27.6
6:0	72	-0.5013	20.1639	0.14900	15.3	17.5	20.2	23.5	27.8
6:1	73	-0.5043	20.3377	0.14955	15.4	17.6	20.3	23.8	28.1
6:2	74	-0.5072	20.5124	0.15010	15.5	17.8	20.5	24.0	28.4
6:3	75	-0.5100	20.6885	0.15065	15.6	17.9	20.7	24.2	28.7
6:4	76	-0.5129	20.8661	0.15120	15.8	18.0	20.9	24.4	29.0
6:5	77	-0.5157	21.0457	0.15175	15.9	18.2	21.0	24.6	29.3
6:6	78	-0.5185	21.2274	0.15230	16.0	18.3	21.2	24.9	29.6
6:7	79	-0.5213	21.4113	0.15284	16.1	18.5	21.4	25.1	29.9
6:8	80	-0.5240	21.5979	0.15339	16.3	18.6	21.6	25.3	30.2
6:9	81	-0.5268	21.7872	0.15393	16.4	18.8	21.8	25.6	30.5
6:10	82	-0.5294	21.9795	0.15448	14.5	18.9	22.0	25.8	30.8
6:11	83	-0.5321	22.1751	0.15502	14.6	19.1	22.2	26.1	31.1
7:0	84	-0.5347	22.3740	0.15556	16.8	19.3	22.4	26.3	31.4

Edad años:meses	Meses				Peso en kg				
		L	M	S	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
7:1	85	-0.5372	22.5762	0.15610	16.9	19.4	22.6	26.6	31.8
7:2	86	-0.5398	22.7816	0.15663	17.1	19.6	22.8	26.8	32.1
7:3	87	-0.5423	22.9904	0.15717	17.2	19.8	23.0	27.1	32.5
7:4	88	-0.5447	23.2025	0.15770	17.3	19.9	23.2	27.4	32.8
7:5	89	-0.5471	23.4180	0.15823	17.5	20.1	23.4	27.6	33.1
7:6	90	-0.5495	23.6369	0.15876	17.6	20.3	23.6	27.9	33.5
7:7	91	-0.5518	23.8593	0.15928	17.8	20.5	23.9	28.2	33.9
7:8	92	-0.5541	24.0853	0.15980	17.9	20.7	24.1	28.5	34.2
7:9	93	-0.5563	24.3149	0.16032	18.1	20.9	24.3	28.8	34.6
7:10	94	-0.5585	24.5482	0.16084	18.3	21.0	24.5	29.1	35.0
7:11	95	-0.5606	24.7853	0.16135	18.4	21.2	24.8	29.4	35.4
8:0	96	-0.5627	25.0262	0.16186	18.6	21.4	25.0	29.7	35.8
8:1	97	-0.5647	25.2710	0.16237	18.8	21.6	25.3	30.0	36.2
8:2	98	-0.5667	25.5197	0.16287	18.9	21.8	25.5	30.3	36.6
8:3	99	-0.5686	25.7721	0.16337	19.1	22.0	25.8	30.6	37.0
8:4	100	-0.5704	26.0284	0.16386	19.3	22.3	26.0	30.9	37.4
8:5	101	-0.5722	26.2883	0.16435	19.5	22.5	26.3	31.2	37.8
8:6	102	-0.5740	26.5519	0.16483	19.6	22.7	26.6	31.6	38.3
8:7	103	-0.5757	26.8190	0.16532	19.8	22.9	26.8	31.9	38.7
8:8	104	-0.5773	27.0896	0.16579	20.0	23.1	27.1	32.2	39.1
8:9	105	-0.5789	27.3635	0.16626	20.2	23.3	27.4	32.6	39.6
8:10	106	-0.5804	27.6406	0.16673	20.4	23.6	27.6	32.9	40.0
8:11	107	-0.5819	27.9208	0.16719	20.6	23.8	27.9	33.3	40.5
9:0	108	-0.5833	28.2040	0.16764	20.8	24.0	28.2	33.6	41.0



Peso por edad en niñas de 5 años 1 mes a 10 años (z-scores)

Edad años:meses	Meses				Peso en kg				
		L	M	S	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
9:1	109	-0.5847	28.4901	0.16809	21.0	24.3	28.5	34.0	41.4
9:2	110	-0.5859	28.7791	0.16854	21.2	24.5	28.8	34.4	41.9
9:3	111	-0.5872	29.0711	0.16897	21.4	24.7	29.1	34.7	42.4
9:4	112	-0.5883	29.3663	0.16941	21.6	25.0	29.4	35.1	42.9
9:5	113	-0.5895	29.6646	0.16983	21.8	25.2	29.7	35.5	43.3
9:6	114	-0.5905	29.9663	0.17025	22.0	25.5	30.0	35.9	43.8
9:7	115	-0.5915	30.2715	0.17066	22.2	25.7	30.3	36.2	44.3
9:8	116	-0.5925	30.5805	0.17107	22.4	26.0	30.6	36.6	44.8
9:9	117	-0.5934	30.8934	0.17146	22.6	26.2	30.9	37.0	45.3
9:10	118	-0.5942	31.2105	0.17186	22.8	26.5	31.2	37.4	45.8
9:11	119	-0.5950	31.5319	0.17224	23.0	26.8	31.5	37.8	46.4
10:0	120	-0.5958	31.8578	0.17262	23.3	27.0	31.9	38.2	46.9



Estatura por edad en niñas de 5 años 1 mes a 19 años (z-scores)

Talla por edad (T/E)

5 años 1 mes a 19 años

Edad años:meses	Meses	Estatura en cm							
		L	M	S	DE				
5:1	61	109.6016	0.04355	4.7731	100.1	104.8	109.6	114.4	119.1
5:2	62	110.1258	0.04364	4.8059	100.5	105.3	110.1	114.9	119.7
5:3	63	110.6451	0.04373	4.8385	101.0	105.8	110.6	115.5	120.3
5:4	64	111.1596	0.04382	4.8710	101.4	106.3	111.2	116.0	120.9
5:5	65	111.6696	0.04390	4.9023	101.9	106.8	111.7	116.0	121.5
5:6	66	112.1753	0.04399	4.9346	102.3	107.2	112.2	117.1	122.0
5:7	67	112.6767	0.04407	4.9657	102.7	107.7	112.7	117.6	122.6
5:8	68	113.1740	0.04415	4.9966	103.2	108.2	113.2	118.2	123.2
5:9	69	113.6672	0.04423	5.0275	103.6	108.6	113.7	118.7	123.7
5:10	70	114.1565	0.04431	5.0583	104.0	109.1	114.2	119.2	124.3
5:11	71	114.6421	0.04439	5.0890	104.5	109.6	114.6	119.7	124.8
6:0	72	115.1244	0.04447	5.1196	104.9	110.0	115.1	120.2	125.4
6:1	73	115.6039	0.04454	5.1490	105.3	110.5	115.6	120.8	125.9
6:2	74	116.0812	0.04461	5.1784	105.7	110.9	116.1	121.3	126.4
6:3	75	116.5568	0.04469	5.2089	106.1	111.3	116.6	121.8	127.0
6:4	76	117.0311	0.04475	5.2371	106.6	111.8	117.0	122.3	127.5
6:5	77	117.5044	0.04482	5.2665	107.0	112.2	117.5	122.8	128.0
6:6	78	117.9769	0.04489	5.2960	107.4	112.7	118.0	123.3	128.6
6:7	79	118.4489	0.04495	5.3243	107.8	113.1	118.4	123.8	129.1
6:8	80	118.9208	0.04502	5.3538	108.2	113.6	118.9	124.3	129.6
6:9	81	119.3926	0.04508	5.3822	108.6	114.0	119.4	124.8	130.2
6:10	82	119.8648	0.04514	5.4107	109.0	114.5	119.9	125.3	130.7
6:11	83	120.3374	0.04520	5.4393	109.5	114.9	120.3	125.8	131.2
7:0	84	120.8105	0.04525	5.4667	109.9	115.3	120.8	126.3	131.7

Edad años:meses	Meses	Estatura en cm							
		L	M	S	DE				
7:1	85	121.2843	0.04531	5.4954	110.3	115.8	121.3	126.8	132.3
7:2	86	121.7587	0.04536	5.5230	110.7	116.2	121.8	127.3	132.8
7:3	87	122.2338	0.04542	5.5519	111.1	116.7	122.2	127.8	133.3
7:4	88	122.7098	0.04547	5.5796	111.6	117.1	122.7	128.3	133.9
7:5	89	123.1868	0.04551	5.6062	112.0	117.6	123.2	128.8	134.4
7:6	90	123.6646	0.04556	5.6342	112.4	118.0	123.7	129.3	134.9
7:7	91	124.1435	0.04561	5.6622	112.8	118.5	124.1	129.8	135.5
7:8	92	124.6234	0.04565	5.6891	113.2	118.9	124.6	130.3	136.0
7:9	93	125.1045	0.04569	5.7160	113.7	119.4	125.1	130.8	136.5
7:10	94	125.5869	0.04573	5.7431	114.1	119.8	125.6	131.3	137.1
7:11	95	126.0706	0.04577	5.7703	114.5	120.3	126.1	131.8	137.6
8:0	96	126.5558	0.04581	5.7975	115.0	120.8	126.6	132.4	138.2
8:1	97	127.0424	0.04585	5.8249	115.4	121.2	127.0	132.9	138.7
8:2	98	127.5304	0.04588	5.8511	115.8	121.7	127.5	133.4	139.2
8:3	99	128.0199	0.04591	5.8774	116.3	122.1	128.0	133.9	139.8
8:4	100	128.5109	0.04594	5.9038	116.7	122.6	128.5	134.4	140.3
8:5	101	129.0035	0.04597	5.9303	117.1	123.1	129.0	134.9	140.9
8:6	102	129.4975	0.04600	5.9569	117.6	123.5	129.5	135.4	141.4
8:7	103	129.9932	0.04602	5.9823	118.0	124.0	130.0	136.0	142.0
8:8	104	130.4904	0.04604	6.0078	118.5	124.5	130.5	136.5	142.5
8:9	105	130.9891	0.04607	6.0347	118.9	125.0	131.0	137.0	143.1
8:10	106	131.4895	0.04608	6.0590	119.4	125.4	131.5	137.5	143.6
8:11	107	131.9912	0.04610	6.0848	119.8	125.9	132.0	138.1	144.2
9:0	108	132.4944	0.04612	6.1106	120.3	126.4	132.5	138.6	144.7



Estatura por edad en niñas de 5 años 1 mes a 19 años (z-scores)

Talla por edad (T/E)

5 años 1 mes a 19 años

Edad años:meses	Meses	Estatura en cm							
		L	M	S	DE				
9:1	109	132.9989	0.04613	6.1352	120.7	126.9	133.0	139.1	145.3
9:2	110	133.5046	0.04614	6.1599	121.2	127.3	133.5	139.7	145.8
9:3	111	134.0118	0.04615	6.1846	121.6	127.8	134.0	140.2	146.4
9:4	112	134.5202	0.04616	6.2095	122.1	128.3	134.5	140.7	146.9
9:5	113	135.0299	0.04616	6.2330	122.6	128.8	135.0	141.3	147.5
9:6	114	135.5410	0.04617	6.2579	123.0	129.3	135.5	141.8	148.1
9:7	115	136.0533	0.04617	6.2816	123.5	129.7	136.1	142.3	148.6
9:8	116	136.5670	0.04616	6.3039	124.0	130.3	136.6	142.9	149.2
9:9	117	137.0821	0.04616	6.3277	124.4	130.8	137.1	143.4	149.7
9:10	118	137.5987	0.04616	6.3516	124.9	131.2	137.6	144.0	150.3
9:11	119	138.1167	0.04615	6.3741	125.4	131.7	138.1	144.5	150.9
10:0	120	138.6363	0.04614	6.3967	125.8	132.2	138.6	145.0	151.4
10:1	121	139.1575	0.04612	6.4179	126.3	132.7	139.2	145.6	152.0
10:2	122	139.6803	0.04611	6.4407	126.8	133.2	139.7	146.1	152.6
10:3	123	140.2049	0.04609	6.4620	127.3	133.7	140.2	146.7	153.1
10:4	124	140.7313	0.04607	6.4835	127.8	134.3	140.7	147.2	153.7
10:5	125	141.2594	0.04605	6.5050	128.3	134.8	141.3	147.8	154.3
10:6	126	141.7892	0.04603	6.5266	128.7	135.3	141.8	148.3	154.8
10:7	127	142.3206	0.04600	6.5467	129.2	135.7	142.3	148.9	155.4
10:8	128	142.8534	0.04597	6.5670	129.7	136.3	142.9	149.4	156.0
10:9	129	143.3874	0.04594	6.5872	130.2	136.8	143.4	150.0	156.6
10:10	130	143.9222	0.04591	6.6075	130.7	137.3	143.9	150.5	157.1
10:11	131	144.4575	0.04588	6.6277	131.2	137.8	144.5	151.1	157.7
11:0	132	144.9929	0.04584	6.6465	131.7	138.4	145.0	151.6	158.3

Edad años:meses	Meses	Estatura en cm							
		L	M	S	DE				
11:1	133	145.5280	0.0458	6.6652	132.2	138.9	145.5	152.2	158.9
11:2	134	146.0622	0.04576	6.6838	132.7	139.4	146.1	152.7	159.4
11:3	135	146.5951	0.04571	6.7009	133.2	139.9	146.6	153.3	160.0
11:4	136	147.1262	0.04567	6.7193	133.7	140.4	147.1	153.8	160.6
11:5	137	147.6548	0.04562	6.7360	134.2	140.9	147.7	154.4	161.1
11:6	138	148.1804	0.04557	6.7526	134.7	141.4	148.2	154.9	161.7
11:7	139	148.7023	0.04552	6.7689	135.2	141.9	148.7	155.5	162.2
11:8	140	149.2219	0.04546	6.7835	135.7	142.4	149.2	156.0	162.8
11:9	141	149.7322	0.04541	6.7993	136.1	142.9	149.7	156.5	163.3
11:10	142	150.2390	0.04535	6.8133	136.6	143.4	150.2	157.1	163.9
11:11	143	150.7394	0.04529	6.8270	137.1	143.9	150.7	157.6	164.4
12:0	144	151.2327	0.04523	6.8403	137.6	144.4	151.2	158.1	164.9
12:1	145	151.7182	0.04516	6.8516	138.0	144.9	151.7	158.6	165.4
12:2	146	152.1951	0.04510	6.8640	138.5	145.3	152.2	159.1	165.9
12:3	147	152.6628	0.04503	6.8744	138.9	145.8	152.7	159.5	166.4
12:4	148	153.1206	0.04497	6.8858	139.3	146.2	153.1	160.0	166.9
12:5	149	153.5678	0.04490	6.8952	139.8	146.7	153.6	160.5	167.4
12:6	150	154.0041	0.04483	6.9040	140.2	147.1	154.0	160.9	167.8
12:7	151	154.4290	0.04476	6.9122	140.6	147.5	154.4	161.3	168.3
12:8	152	154.8423	0.04468	6.9184	141.0	147.9	154.8	161.8	168.7
12:9	153	155.2437	0.04461	6.9254	141.4	148.3	155.2	162.2	169.1
12:10	154	155.6330	0.04454	6.9319	141.8	148.7	155.6	162.6	169.5
12:11	155	156.0101	0.04446	6.9362	142.1	149.1	156.0	162.9	169.9
13:0	156	156.3748	0.04439	6.9415	142.5	149.4	156.4	163.3	170.3



Estatura por edad en niñas de 5 años 1 mes a 19 años (z-scores)

Talla por edad (TE)

5 años 1 mes a 19 años

Edad años:meses	Meses	Estatura en cm								
		L	M	S	DE					
13.1	157	1	156.7269	0.04431	6.9446	142.8	149.8	156.7	163.7	170.6
13.2	158	1	157.0666	0.04423	6.9471	143.2	150.1	157.1	164.0	171.0
13.3	159	1	157.3936	0.04415	6.9489	143.5	150.4	157.4	164.3	171.3
13.4	160	1	157.7082	0.04408	6.9518	143.8	150.8	157.7	164.7	171.6
13.5	161	1	158.0102	0.04400	6.9524	144.1	151.1	158.0	165.0	171.9
13.6	162	1	158.2997	0.04392	6.9525	144.4	151.3	158.3	165.3	172.2
13.7	163	1	158.5771	0.04384	6.9520	144.7	151.6	158.6	165.5	172.5
13.8	164	1	158.8425	0.04376	6.9509	144.9	151.9	158.8	165.8	172.7
13.9	165	1	159.0961	0.04369	6.9509	145.2	152.1	159.1	166.0	173.0
13.10	166	1	159.3382	0.04361	6.9487	145.4	152.4	159.3	166.3	173.2
13.11	167	1	159.5691	0.04353	6.9460	145.7	152.6	159.6	166.5	173.5
14.0	168	1	159.7890	0.04345	6.9428	145.9	152.8	159.8	166.7	173.7
14.1	169	1	159.9983	0.04337	6.9391	146.1	153.1	160.0	166.9	173.9
14.2	170	1	160.1971	0.0433	6.9365	146.3	153.3	160.2	167.1	174.1
14.3	171	1	160.3857	0.04322	6.9319	146.5	153.5	160.4	167.3	174.2
14.4	172	1	160.5643	0.04314	6.9267	146.7	153.6	160.6	167.5	174.4
14.5	173	1	160.7332	0.04307	6.9228	146.9	153.8	160.7	167.7	174.6
14.6	174	1	160.8927	0.04299	6.9168	147.1	154.0	160.9	167.8	174.7
14.7	175	1	161.0430	0.04292	6.9120	147.2	154.1	161.0	168.0	174.9
14.8	176	1	161.1845	0.04284	6.9051	147.4	154.3	161.2	168.1	175.0
14.9	177	1	161.3176	0.04277	6.8996	147.5	154.4	161.3	168.2	175.1
14.10	178	1	161.4425	0.04270	6.8936	147.7	154.5	161.4	168.3	175.2
14.11	179	1	161.5596	0.04263	6.8873	147.8	154.7	161.6	168.4	175.3
15.0	180	1	161.6692	0.04255	6.8879	147.9	154.8	161.7	168.5	175.4

Edad años:meses	Meses	Estatura en cm								
		L	M	S	DE					
15.1	181	1	161.7717	0.04248	6.8721	148.0	154.9	161.8	168.6	175.5
15.2	182	1	161.8673	0.04241	6.8648	148.1	155.0	161.9	168.7	175.6
15.3	183	1	161.9564	0.04235	6.8589	148.2	155.1	162.0	168.8	175.7
15.4	184	1	162.0393	0.04228	6.8510	148.3	155.2	162.0	168.9	175.7
15.5	185	1	162.1164	0.04221	6.8429	148.4	155.3	162.1	169.0	175.8
15.6	186	1	162.1880	0.04214	6.8346	148.5	155.4	162.2	169.0	175.9
15.7	187	1	162.2542	0.04208	6.8277	148.6	155.4	162.3	169.1	175.9
15.8	188	1	162.3154	0.04201	6.8189	148.7	155.5	162.3	169.1	176.0
15.9	189	1	162.3719	0.04195	6.8115	148.7	155.6	162.4	169.2	176.0
15.10	190	1	162.4239	0.04189	6.8039	148.8	155.6	162.4	169.2	176.0
15.11	191	1	162.4717	0.04182	6.7946	148.9	155.7	162.5	169.3	176.1
16.0	192	1	162.5156	0.04176	6.7867	148.9	155.7	162.5	169.3	176.1
16.1	193	1	162.5560	0.0417	6.7786	149.0	155.8	162.6	169.3	176.1
16.2	194	1	162.5933	0.04164	6.7704	149.1	155.8	162.6	169.4	176.1
16.3	195	1	162.6276	0.04158	6.7621	149.1	155.9	162.6	169.4	176.2
16.4	196	1	162.6594	0.04152	6.7536	149.2	155.9	162.7	169.4	176.2
16.5	197	1	162.6890	0.04147	6.7467	149.2	155.9	162.7	169.4	176.2
16.6	198	1	162.7165	0.04141	6.7381	149.2	156.0	162.7	169.5	176.2
16.7	199	1	162.7425	0.04136	6.731	149.3	156.0	162.7	169.5	176.2
16.8	200	1	162.7670	0.0413	6.7223	149.3	156.0	162.8	169.5	176.2
16.9	201	1	162.7904	0.04125	6.7151	149.4	156.1	162.8	169.5	176.2
16.10	202	1	162.8126	0.04119	6.7063	149.4	156.1	162.8	169.5	176.2
16.11	203	1	162.8340	0.04114	6.6990	149.4	156.1	162.8	169.5	176.2
17.0	204	1	162.8545	0.04109	6.6917	149.5	156.2	162.9	169.5	176.2



Estatura por edad en niñas de 5 años 1 mes a 19 años (z-scores)

Edad años:meses	Meses	L	M	S	DE	Estatura en cm				
						-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
17.1	205	1	1628743	0.04104	6.6844	1495	1562	1629	1696	1762
17.2	206	1	1628935	0.04099	6.6770	1495	1562	1629	1696	1762
17.3	207	1	1629120	0.04094	6.6696	1496	1562	1629	1696	1763
17.4	208	1	1629300	0.04089	6.6622	1496	1563	1629	1696	1763
17.5	209	1	1629476	0.04084	6.6548	1496	1563	1629	1696	1763
17.6	210	1	1629649	0.04080	6.6490	1497	1563	1630	1696	1763
17.7	211	1	1629817	0.04075	6.6415	1497	1563	1630	1696	1763
17.8	212	1	1629983	0.04071	6.6357	1497	1564	1630	1696	1763
17.9	213	1	1630144	0.04066	6.6282	1498	1564	1630	1696	1763
17.10	214	1	1630300	0.04062	6.6223	1498	1564	1630	1697	1763
17.11	215	1	1630451	0.04058	6.6164	1498	1564	1630	1697	1763
18.0	216	1	1630595	0.04053	6.6088	1498	1565	1631	1697	1763
18.1	217	1	1630733	0.04049	6.6028	1499	1565	1631	1697	1763
18.2	218	1	1630862	0.04045	6.5968	1499	1565	1631	1697	1763
18.3	219	1	1630982	0.04041	6.5908	1499	1565	1631	1697	1763
18.4	220	1	1631092	0.04037	6.5847	1499	1565	1631	1697	1763
18.5	221	1	1631192	0.04034	6.5802	1500	1565	1631	1697	1763
18.6	222	1	1631279	0.04030	6.5741	1500	1566	1631	1697	1763
18.7	223	1	1631355	0.04026	6.5678	1500	1566	1631	1697	1763
18.8	224	1	1631418	0.04023	6.5632	1500	1566	1631	1697	1763
18.9	225	1	1631469	0.04019	6.5569	1500	1566	1631	1697	1763
18.10	226	1	1631508	0.04016	6.5521	1500	1566	1632	1697	1763
18.11	227	1	1631534	0.04012	6.5457	1501	1566	1632	1697	1762
19.0	228	1	1631548	0.04009	6.5409	1501	1566	1632	1697	1762



IMC por edad en niñas y adolescentes de 5 años 1 mes a 19 años (z-scores)

IMC por edad (IMC/E)

5 años 1 mes a 19 años

Edad años:meses	Meses	L	M	S	IMC en kg/m ²					
					-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE	+3DE
5.1	61	-0.8886	15.2441	0.09692	12.7	13.9	15.2	16.9	18.9	21.3
5.2	62	-0.9068	15.2434	0.09738	12.7	13.9	15.2	16.9	18.9	21.4
5.3	63	-0.9248	15.2433	0.09783	12.7	13.9	15.2	16.9	18.9	21.5
5.4	64	-0.9427	15.2438	0.09829	12.7	13.9	15.2	16.9	18.9	21.5
5.5	65	-0.9605	15.2448	0.09875	12.7	13.9	15.2	16.9	19.0	21.6
5.6	66	-0.9780	15.2464	0.09920	12.7	13.9	15.2	16.9	19.0	21.7
5.7	67	-0.9954	15.2487	0.09966	12.7	13.9	15.2	16.9	19.0	21.7
5.8	68	-1.0126	15.2516	0.10012	12.7	13.9	15.3	17.0	19.1	21.8
5.9	69	-1.0296	15.2551	0.10058	12.7	13.9	15.3	17.0	19.1	21.9
5.10	70	-1.0464	15.2592	0.10104	12.7	13.9	15.3	17.0	19.1	22.0
5.11	71	-1.0630	15.2641	0.10149	12.7	13.9	15.3	17.0	19.2	22.1
6.0	72	-1.0794	15.2697	0.10195	12.7	13.9	15.3	17.0	19.2	22.1
6.1	73	-1.0956	15.2760	0.10241	12.7	13.9	15.3	17.0	19.3	22.2
6.2	74	-1.1115	15.2831	0.10287	12.7	13.9	15.3	17.0	19.3	22.3
6.3	75	-1.1272	15.2911	0.10333	12.7	13.9	15.3	17.1	19.3	22.4
6.4	76	-1.1427	15.2998	0.10379	12.7	13.9	15.3	17.1	19.4	22.5
6.5	77	-1.1579	15.3095	0.10425	12.7	13.9	15.3	17.1	19.4	22.6
6.6	78	-1.1728	15.3200	0.10471	12.7	13.9	15.3	17.1	19.5	22.7
6.7	79	-1.1875	15.3314	0.10517	12.7	13.9	15.3	17.2	19.5	22.8
6.8	80	-1.2019	15.3439	0.10562	12.7	13.9	15.3	17.2	19.6	22.9
6.9	81	-1.2160	15.3572	0.10608	12.7	13.9	15.4	17.2	19.6	23.0
6.10	82	-1.2298	15.3717	0.10654	12.7	13.9	15.4	17.2	19.7	23.1
6.11	83	-1.2433	15.3871	0.10700	12.7	13.9	15.4	17.3	19.7	23.2
7.0	84	-1.2565	15.4036	0.10746	12.7	13.9	15.4	17.3	19.8	23.3

Edad años:meses	Meses	L	M	S	IMC en kg/m ²					
					-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE	+3DE
7.1	85	-1.2693	15.4211	0.10792	12.7	13.9	15.4	17.3	19.8	23.4
7.2	86	-1.2819	15.4397	0.10837	12.8	14.0	15.4	17.4	19.9	23.5
7.3	87	-1.2941	15.4593	0.10883	12.8	14.0	15.5	17.4	20.0	23.6
7.4	88	-1.3060	15.4798	0.10929	12.8	14.0	15.5	17.4	20.0	23.7
7.5	89	-1.3175	15.5014	0.10974	12.8	14.0	15.5	17.5	20.1	23.9
7.6	90	-1.3287	15.5240	0.11020	12.8	14.0	15.5	17.5	20.1	24.0
7.7	91	-1.3395	15.5476	0.11065	12.8	14.0	15.5	17.5	20.2	24.1
7.8	92	-1.3499	15.5723	0.11110	12.8	14.0	15.6	17.6	20.3	24.2
7.9	93	-1.3600	15.5979	0.11156	12.8	14.1	15.6	17.6	20.3	24.4
7.10	94	-1.3697	15.6246	0.11201	12.9	14.1	15.6	17.6	20.4	24.5
7.11	95	-1.3790	15.6523	0.11246	12.9	14.1	15.7	17.7	20.5	24.6
8.0	96	-1.3880	15.6810	0.11291	12.9	14.1	15.7	17.7	20.6	24.8
8.1	97	-1.3966	15.7107	0.11335	12.9	14.1	15.7	17.8	20.6	24.9
8.2	98	-1.4047	15.7415	0.11380	12.9	14.2	15.7	17.8	20.7	25.1
8.3	99	-1.4125	15.7732	0.11424	12.9	14.2	15.8	17.9	20.8	25.2
8.4	100	-1.4199	15.8058	0.11469	13.0	14.2	15.8	17.9	20.9	25.3
8.5	101	-1.4270	15.8394	0.11513	13.0	14.2	15.8	18.0	20.9	25.5
8.6	102	-1.4336	15.8738	0.11557	13.0	14.3	15.9	18.0	21.0	25.6
8.7	103	-1.4398	15.9090	0.11601	13.0	14.3	15.9	18.1	21.1	25.8
8.8	104	-1.4456	15.9451	0.11644	13.0	14.3	15.9	18.1	21.2	25.9
8.9	105	-1.4511	15.9818	0.11688	13.1	14.3	16.0	18.2	21.3	26.1
8.10	106	-1.4561	16.0194	0.11731	13.1	14.4	16.0	18.2	21.3	26.2
8.11	107	-1.4607	16.0575	0.11774	13.1	14.4	16.1	18.3	21.4	26.4
9.0	108	-1.4650	16.0964	0.11816	13.1	14.4	16.1	18.3	21.5	26.5



IMC por edad en niñas y adolescentes de 5 años 1 mes a 19 años (z-scores)

IMC por edad (IMC/E)

5 años 1 mes a 19 años

Edad años:meses	Meses	IMC en kg/m ²								
		L	M	S	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE	+3DE
91	109	-1.4688	16.1358	0.11859	13.2	14.5	16.1	18.4	21.6	26.7
92	110	-1.4723	16.1759	0.11901	13.2	14.5	16.2	18.4	21.7	26.8
93	111	-1.4753	16.2166	0.11943	13.2	14.5	16.2	18.5	21.8	27.0
94	112	-1.4780	16.2580	0.11985	13.2	14.6	16.3	18.6	21.9	27.2
95	113	-1.4803	16.2999	0.12026	13.3	14.6	16.3	18.6	21.9	27.3
96	114	-1.4823	16.3425	0.12067	13.3	14.6	16.3	18.7	22.0	27.5
97	115	-1.4838	16.3858	0.12108	13.3	14.7	16.4	18.7	22.1	27.6
98	116	-1.4850	16.4298	0.12148	13.4	14.7	16.4	18.8	22.2	27.8
99	117	-1.4859	16.4746	0.12188	13.4	14.7	16.5	18.8	22.3	27.9
100	118	-1.4864	16.5200	0.12228	13.4	14.8	16.5	18.9	22.4	28.1
101	119	-1.4866	16.5663	0.12268	13.4	14.8	16.6	19.0	22.5	28.2
102	120	-1.4864	16.6133	0.12307	13.5	14.8	16.6	19.0	22.6	28.4
103	121	-1.4859	16.6612	0.12346	13.5	14.9	16.7	19.1	22.7	28.5
104	122	-1.4851	16.7100	0.12384	13.5	14.9	16.7	19.2	22.8	28.7
105	123	-1.4839	16.7595	0.12422	13.6	15.0	16.8	19.2	22.8	28.8
106	124	-1.4825	16.8100	0.12460	13.6	15.0	16.8	19.3	22.9	29.0
107	125	-1.4807	16.8614	0.12497	13.6	15.0	16.9	19.4	23.0	29.1
108	126	-1.4787	16.9136	0.12534	13.7	15.1	16.9	19.4	23.1	29.3
109	127	-1.4763	16.9667	0.12571	13.7	15.1	17.0	19.5	23.2	29.4
110	128	-1.4737	17.0208	0.12607	13.7	15.2	17.0	19.6	23.3	29.6
111	129	-1.4708	17.0757	0.12643	13.8	15.2	17.1	19.6	23.4	29.7
112	130	-1.4677	17.1316	0.12678	13.8	15.3	17.1	19.7	23.5	29.9
113	131	-1.4642	17.1883	0.12713	13.8	15.3	17.2	19.8	23.6	30.0
114	132	-1.4606	17.2459	0.12748	13.9	15.3	17.2	19.9	23.7	30.2

Edad años:meses	Meses	IMC en kg/m ²								
		L	M	S	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE	+3DE
115	133	-1.4567	17.3044	0.12782	13.9	15.4	17.3	19.9	23.8	30.3
116	134	-1.4526	17.3637	0.12816	14.0	15.4	17.4	20.0	23.9	30.5
117	135	-1.4482	17.4238	0.12849	14.0	15.5	17.4	20.1	24.0	30.6
118	136	-1.4436	17.4847	0.12882	14.0	15.5	17.5	20.2	24.1	30.8
119	137	-1.4389	17.5464	0.12914	14.1	15.6	17.5	20.2	24.2	30.9
120	138	-1.4339	17.6088	0.12946	14.1	15.6	17.6	20.3	24.3	31.1
121	139	-1.4288	17.6719	0.12978	14.2	15.7	17.7	20.4	24.4	31.2
122	140	-1.4235	17.7357	0.13009	14.2	15.7	17.7	20.5	24.5	31.4
123	141	-1.4180	17.8001	0.13040	14.3	15.8	17.8	20.6	24.7	31.5
124	142	-1.4123	17.8651	0.13070	14.3	15.8	17.9	20.6	24.8	31.6
125	143	-1.4065	17.9306	0.13099	14.3	15.9	17.9	20.7	24.9	31.8
126	144	-1.4006	17.9966	0.13129	14.4	16.0	18.0	20.8	25.0	31.9
127	145	-1.3945	18.0630	0.13158	14.4	16.0	18.1	20.9	25.1	32.0
128	146	-1.3883	18.1297	0.13186	14.5	16.1	18.1	21.0	25.2	32.2
129	147	-1.3819	18.1967	0.13214	14.5	16.1	18.2	21.1	25.3	32.3
130	148	-1.3755	18.2639	0.13241	14.6	16.2	18.3	21.1	25.4	32.4
131	149	-1.3689	18.3312	0.13268	14.6	16.2	18.3	21.2	25.5	32.6
132	150	-1.3621	18.3986	0.13295	14.7	16.3	18.4	21.3	25.6	32.7
133	151	-1.3553	18.4660	0.13321	14.7	16.3	18.5	21.4	25.7	32.8
134	152	-1.3483	18.5333	0.13347	14.8	16.4	18.5	21.5	25.8	33.0
135	153	-1.3413	18.6006	0.13372	14.8	16.4	18.6	21.6	25.9	33.1
136	154	-1.3341	18.6677	0.13397	14.8	16.5	18.7	21.6	26.0	33.2
137	155	-1.3269	18.7346	0.13421	14.9	16.6	18.7	21.7	26.1	33.3
138	156	-1.3195	18.8012	0.13445	14.9	16.6	18.8	21.8	26.2	33.4



IMC por edad en niñas y adolescentes de 5 años 1 mes a 19 años (z-scores)

IMC por edad (IMC/E)

5 años 1 mes a 19 años

Edad años:meses	Meses	IMC en kg/m ²								
		L	M	S	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE	+3DE
139	157	-1.3121	18.8675	0.13469	15.0	16.7	18.9	21.9	26.3	33.6
140	158	-1.3046	18.9335	0.13492	15.0	16.7	18.9	22.0	26.4	33.7
141	159	-1.2970	18.9991	0.13514	15.1	16.8	19.0	22.0	26.5	33.8
142	160	-1.2894	19.0642	0.13537	15.1	16.8	19.1	22.1	26.6	33.9
143	161	-1.2816	19.1289	0.13559	15.2	16.9	19.1	22.2	26.7	34.0
144	162	-1.2739	19.1931	0.13580	15.2	16.9	19.2	22.3	26.8	34.1
145	163	-1.2661	19.2567	0.13601	15.2	17.0	19.3	22.4	26.9	34.2
146	164	-1.2583	19.3197	0.13622	15.3	17.0	19.3	22.4	27.0	34.3
147	165	-1.2504	19.3820	0.13642	15.3	17.1	19.4	22.5	27.1	34.4
148	166	-1.2425	19.4437	0.13662	15.4	17.1	19.4	22.6	27.1	34.5
149	167	-1.2345	19.5045	0.13681	15.4	17.2	19.5	22.7	27.2	34.6
150	168	-1.2266	19.5647	0.13700	15.4	17.2	19.6	22.7	27.3	34.7
151	169	-1.2186	19.6240	0.13719	15.5	17.3	19.6	22.8	27.4	34.7
152	170	-1.2107	19.6824	0.13738	15.5	17.3	19.7	22.9	27.5	34.8
153	171	-1.2027	19.7400	0.13756	15.6	17.4	19.7	22.9	27.6	34.9
154	172	-1.1947	19.7966	0.13774	15.6	17.4	19.8	23.0	27.7	35.0
155	173	-1.1867	19.8523	0.13791	15.6	17.5	19.9	23.1	27.7	35.1
156	174	-1.1788	19.9070	0.13808	15.7	17.5	19.9	23.1	27.8	35.1
157	175	-1.1708	19.9607	0.13825	15.7	17.6	20.0	23.2	27.9	35.2
158	176	-1.1629	20.0133	0.13841	15.7	17.6	20.0	23.3	28.0	35.3
159	177	-1.1549	20.0648	0.13858	15.8	17.6	20.1	23.3	28.0	35.4
160	178	-1.1470	20.1152	0.13873	15.8	17.7	20.1	23.4	28.1	35.4
161	179	-1.1390	20.1644	0.13889	15.8	17.7	20.2	23.5	28.2	35.5
162	180	-1.1311	20.2125	0.13904	15.9	17.8	20.2	23.5	28.2	35.5

Edad años:meses	Meses	IMC en kg/m ²								
		L	M	S	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE	+3DE
163	181	-1.1232	20.2595	0.13920	15.9	17.8	20.3	23.6	28.3	35.6
164	182	-1.1153	20.3053	0.13934	15.9	17.8	20.3	23.6	28.4	35.7
165	183	-1.1074	20.3499	0.13949	16.0	17.9	20.4	23.7	28.4	35.7
166	184	-1.0996	20.3934	0.13963	16.0	17.9	20.4	23.7	28.5	35.8
167	185	-1.0917	20.4357	0.13977	16.0	17.9	20.4	23.8	28.5	35.8
168	186	-1.0838	20.4769	0.13991	16.0	18.0	20.5	23.8	28.6	35.8
169	187	-1.0760	20.5170	0.14005	16.1	18.0	20.5	23.9	28.6	35.9
170	188	-1.0681	20.5560	0.14018	16.1	18.0	20.6	23.9	28.7	35.9
171	189	-1.0603	20.5938	0.14031	16.1	18.1	20.6	24.0	28.7	36.0
172	190	-1.0525	20.6306	0.14044	16.1	18.1	20.6	24.0	28.8	36.0
173	191	-1.0447	20.6663	0.14057	16.2	18.1	20.7	24.1	28.8	36.1
174	192	-1.0368	20.7008	0.14070	16.2	18.2	20.7	24.1	28.9	36.1
175	193	-1.0290	20.7344	0.14082	16.2	18.2	20.7	24.1	28.9	36.1
176	194	-1.0212	20.7668	0.14094	16.2	18.2	20.8	24.2	29.0	36.1
177	195	-1.0134	20.7982	0.14106	16.2	18.2	20.8	24.2	29.0	36.1
178	196	-1.0055	20.8286	0.14118	16.2	18.3	20.8	24.3	29.0	36.2
179	197	-0.9977	20.8580	0.14130	16.3	18.3	20.9	24.3	29.1	36.2
180	198	-0.9898	20.8863	0.14142	16.3	18.3	20.9	24.3	29.1	36.2
181	199	-0.9819	20.9137	0.14153	16.3	18.3	20.9	24.4	29.1	36.2
182	200	-0.9740	20.9401	0.14164	16.3	18.3	20.9	24.4	29.2	36.2
183	201	-0.9661	20.9656	0.14176	16.3	18.4	21.0	24.4	29.2	36.3
184	202	-0.9582	20.9901	0.14187	16.3	18.4	21.0	24.4	29.2	36.3
185	203	-0.9503	21.0138	0.14198	16.3	18.4	21.0	24.5	29.3	36.3
186	204	-0.9423	21.0367	0.14208	16.4	18.4	21.0	24.5	29.3	36.3



IMC por edad en niñas y adolescentes de 5 años 1 mes a 19 años (z-scores)

Edad años meses	Meses	IMC en kg/m ²								
		L	M	S	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE	+3DE
17:1	205	-0.9344	21.0587	0.14219	16.4	18.4	21.1	24.5	29.3	36.3
17:2	206	-0.9264	21.0801	0.14230	16.4	18.4	21.1	24.6	29.3	36.3
17:3	207	-0.9184	21.1007	0.14240	16.4	18.5	21.1	24.6	29.4	36.3
17:4	208	-0.9104	21.1206	0.14250	16.4	18.5	21.1	24.6	29.4	36.3
17:5	209	-0.9024	21.1399	0.14261	16.4	18.5	21.1	24.6	29.4	36.3
17:6	210	-0.8944	21.1586	0.14271	16.4	18.5	21.2	24.6	29.4	36.3
17:7	211	-0.8863	21.1768	0.14281	16.4	18.5	21.2	24.7	29.4	36.3
17:8	212	-0.8783	21.1944	0.14291	16.4	18.5	21.2	24.7	29.5	36.3
17:9	213	-0.8703	21.2116	0.14301	16.4	18.5	21.2	24.7	29.5	36.3
17:10	214	-0.8623	21.2282	0.14311	16.4	18.5	21.2	24.7	29.5	36.3
17:11	215	-0.8542	21.2444	0.14320	16.4	18.6	21.2	24.8	29.5	36.3
18:0	216	-0.8462	21.2603	0.14330	16.4	18.6	21.3	24.8	29.5	36.3
18:1	217	-0.8382	21.2757	0.14340	16.5	18.6	21.3	24.8	29.5	36.3
18:2	218	-0.8301	21.2908	0.14349	16.5	18.6	21.3	24.8	29.6	36.3
18:3	219	-0.8221	21.3055	0.14359	16.5	18.6	21.3	24.8	29.6	36.3
18:4	220	-0.8140	21.3200	0.14368	16.5	18.6	21.3	24.8	29.6	36.3
18:5	221	-0.8060	21.3341	0.14377	16.5	18.6	21.3	24.9	29.6	36.2
18:6	222	-0.7980	21.3480	0.14386	16.5	18.6	21.3	24.9	29.6	36.2
18:7	223	-0.7899	21.3617	0.14396	16.5	18.6	21.4	24.9	29.6	36.2
18:8	224	-0.7819	21.3752	0.14405	16.5	18.6	21.4	24.9	29.6	36.2
18:9	225	-0.7738	21.3884	0.14414	16.5	18.7	21.4	24.9	29.6	36.2
18:10	226	-0.7658	21.4014	0.14423	16.5	18.7	21.4	24.9	29.6	36.2
18:11	227	-0.7577	21.4143	0.14432	16.5	18.7	21.4	25.0	29.7	36.2
19:0	228	-0.7496	21.4269	0.14441	16.5	18.7	21.4	25.0	29.7	36.2

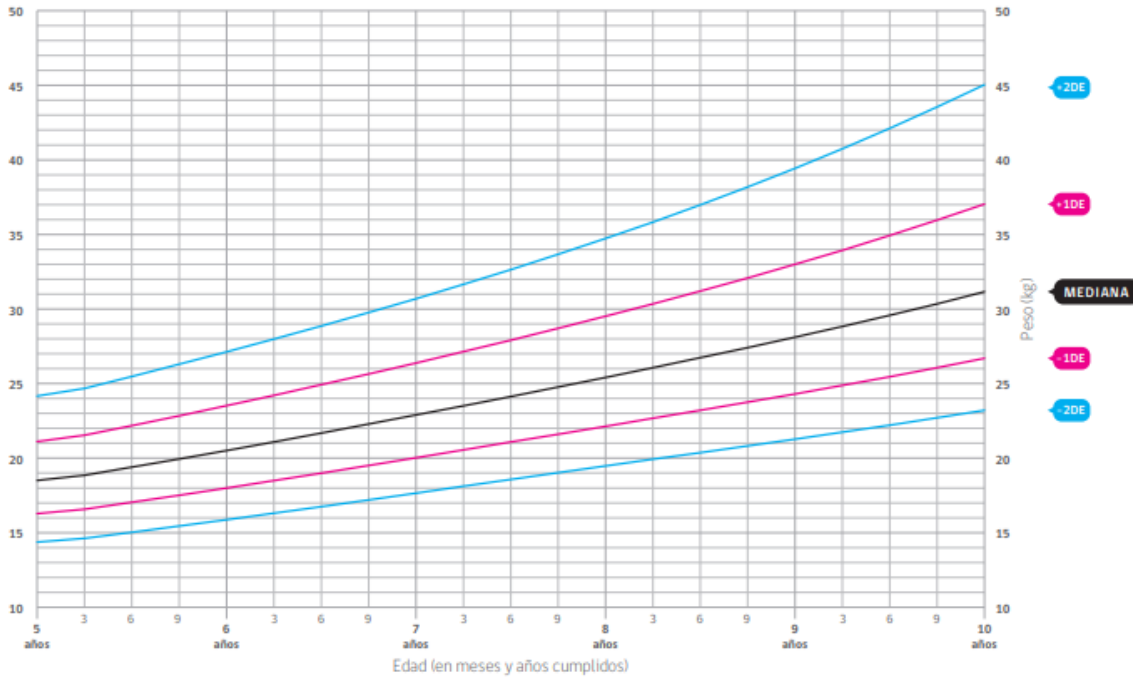
Niños



Peso por edad en niños y adolescentes de 5 años 1 mes a 10 años
MEDIANA Y DESVIACIÓN ESTÁNDAR

Peso por edad (P/E)

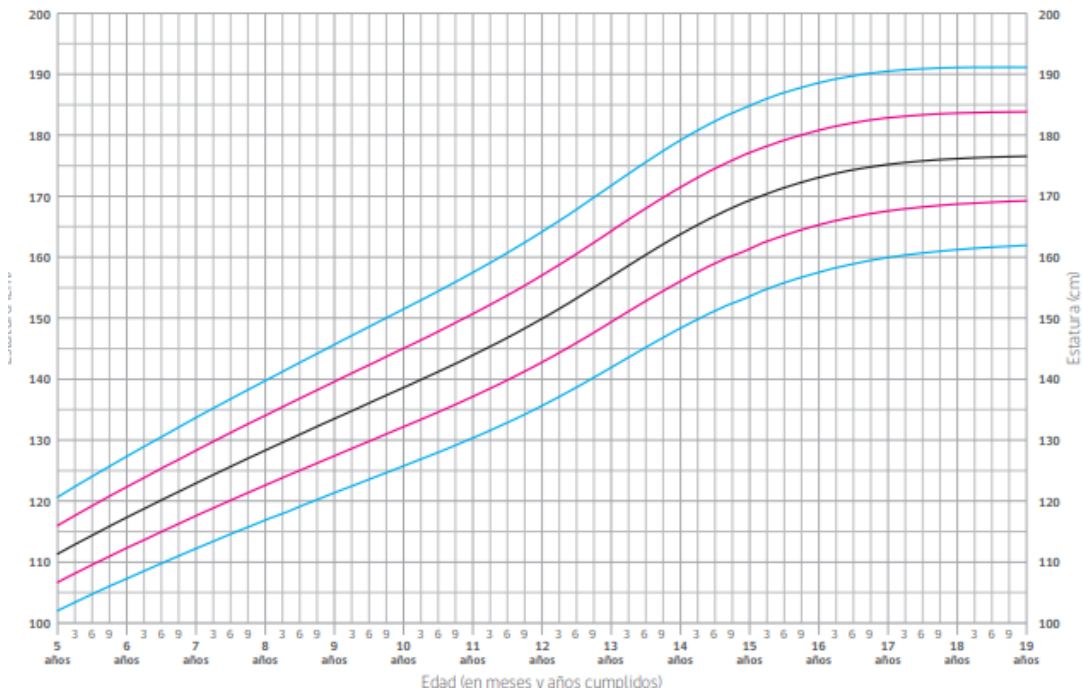
5 años 1 mes a 10 años



Estatura por edad en niños y adolescentes de 5 años 1 mes a 19 años
MEDIANA Y DESVIACIÓN ESTÁNDAR

Talla por edad (T/E)

5 años 1 mes a 19 años

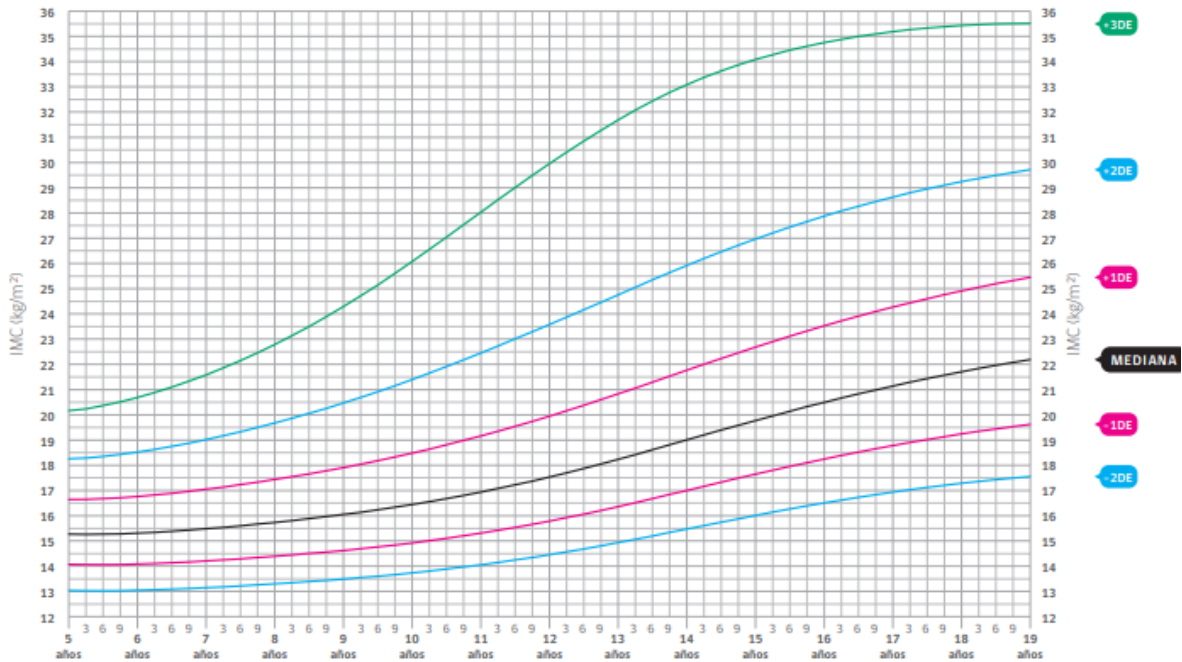




IMC por edad en niños y adolescentes de 5 años 1 mes a 19 años
MEDIANA Y DESVIACIÓN ESTÁNDAR

IMC por edad (IMC E)

5 años 1 mes a 19 años



Peso por edad en niños de 5 años 1 mes a 10 años (z-scores)

Peso por edad (P/E)

5 años 1 mes a 10 años

Edad años/meses	Meses	Peso en kg							
		L	M	S	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
5:1	61	-0.2026	18.5057	0.12988	14.4	16.3	18.5	21.1	24.2
5:2	62	-0.2130	18.6802	0.13028	14.5	16.4	18.7	21.3	24.4
5:3	63	-0.2234	18.8563	0.13067	14.6	16.6	18.9	21.5	24.7
5:4	64	-0.2338	19.0340	0.13105	14.8	16.7	19.0	21.7	24.9
5:5	65	-0.2443	19.2132	0.13142	14.9	16.9	19.2	22.0	25.2
5:6	66	-0.2548	19.3940	0.13178	15.0	17.0	19.4	22.2	25.5
5:7	67	-0.2653	19.5765	0.13213	15.2	17.2	19.6	22.4	25.7
5:8	68	-0.2758	19.7607	0.13246	15.3	17.4	19.8	22.6	26.0
5:9	69	-0.2864	19.9468	0.13279	15.4	17.5	19.9	22.8	26.3
5:10	70	-0.2969	20.1344	0.13311	15.6	17.7	20.1	23.1	26.6
5:11	71	-0.3075	20.3235	0.13342	15.7	17.8	20.3	23.3	26.8
6:0	72	-0.3180	20.5137	0.13372	15.9	18.0	20.5	23.5	27.1
6:1	73	-0.3285	20.7052	0.13402	16.0	18.2	20.7	23.7	27.4
6:2	74	-0.3390	20.8979	0.13432	16.2	18.3	20.9	24.0	27.7
6:3	75	-0.3494	21.0918	0.13462	16.3	18.5	21.1	24.2	28.0
6:4	76	-0.3598	21.2870	0.13493	16.5	18.7	21.3	24.4	28.3
6:5	77	-0.3701	21.4833	0.13523	16.6	18.8	21.5	24.7	28.6
6:6	78	-0.3804	21.6810	0.13554	16.8	19.0	21.7	24.9	28.9
6:7	79	-0.3906	21.8799	0.13586	16.9	19.2	21.9	25.2	29.2
6:8	80	-0.4007	22.0800	0.13618	17.1	19.3	22.1	25.4	29.5
6:9	81	-0.4107	22.2813	0.13652	17.2	19.5	22.3	25.6	29.8
6:10	82	-0.4207	22.4837	0.13686	17.4	19.7	22.5	25.9	30.1
6:11	83	-0.4305	22.6872	0.13722	17.5	19.9	22.7	26.1	30.4
7:0	84	-0.4402	22.8915	0.13759	17.7	20.0	22.9	26.4	30.7

Edad años/meses	Meses	Peso en kg							
		L	M	S	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
7:1	85	-0.4499	23.0968	0.13797	17.8	20.2	23.1	26.6	31.0
7:2	86	-0.4594	23.3029	0.13838	18.0	20.4	23.3	26.9	31.3
7:3	87	-0.4688	23.5101	0.13880	18.1	20.6	23.5	27.1	31.7
7:4	88	-0.4781	23.7182	0.13923	18.3	20.7	23.7	27.4	32.0
7:5	89	-0.4873	23.9272	0.13969	18.4	20.9	23.9	27.7	32.3
7:6	90	-0.4964	24.1371	0.14016	18.6	21.1	24.1	27.9	32.6
7:7	91	-0.5053	24.3479	0.14065	18.7	21.3	24.3	28.2	33.0
7:8	92	-0.5142	24.5595	0.14117	18.9	21.4	24.6	28.4	33.3
7:9	93	-0.5229	24.7722	0.14170	19.0	21.6	24.8	28.7	33.7
7:10	94	-0.5315	24.9858	0.14226	19.2	21.8	25.0	29.0	34.0
7:11	95	-0.5399	25.2005	0.14284	19.3	22.0	25.2	29.2	34.4
8:0	96	-0.5482	25.4163	0.14344	19.5	22.1	25.4	29.5	34.7
8:1	97	-0.5564	25.6332	0.14407	19.6	22.3	25.6	29.8	35.1
8:2	98	-0.5644	25.8513	0.14472	19.8	22.5	25.9	30.1	35.5
8:3	99	-0.5722	26.0706	0.14539	19.9	22.7	26.1	30.3	35.8
8:4	100	-0.5799	26.2911	0.14608	20.1	22.9	26.3	30.6	36.2
8:5	101	-0.5873	26.5128	0.14679	20.2	23.0	26.5	30.9	36.6
8:6	102	-0.5946	26.7358	0.14752	20.4	23.2	26.7	31.2	37.0
8:7	103	-0.6017	26.9602	0.14828	20.5	23.4	27.0	31.5	37.4
8:8	104	-0.6085	27.1861	0.14905	20.7	23.6	27.2	31.8	37.8
8:9	105	-0.6152	27.4137	0.14984	20.8	23.8	27.4	32.1	38.2
8:10	106	-0.6216	27.6432	0.15066	21.0	23.9	27.6	32.4	38.6
8:11	107	-0.6278	27.8750	0.15149	21.1	24.1	27.9	32.7	39.0
9:0	108	-0.6337	28.1092	0.15233	21.3	24.3	28.1	33.0	39.4



Peso por edad en niños de 5 años 1 mes a 10 años (z-scores)

Edad años:meses	Meses	Peso en kg								
		L	M	S	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE	
9:1	109	-0.6393	28.3459	0.15319	21.4	24.5	28.3	33.3	39.9	
9:2	110	-0.6446	28.5854	0.15406	21.6	24.7	28.6	33.6	40.3	
9:3	111	-0.6496	28.8277	0.15493	21.7	24.9	28.8	33.9	40.7	
9:4	112	-0.6543	29.0731	0.15581	21.9	25.1	29.1	34.3	41.2	
9:5	113	-0.6585	29.3217	0.15670	22.1	25.3	29.3	34.6	41.7	
9:6	114	-0.6624	29.5736	0.15760	22.2	25.5	29.6	34.9	42.1	
9:7	115	-0.6659	29.8289	0.15850	22.4	25.7	29.8	35.3	42.6	
9:8	116	-0.6689	30.0877	0.15940	22.5	25.9	30.1	35.6	43.1	
9:9	117	-0.6714	30.3501	0.16031	22.7	26.1	30.4	36.0	43.5	
9:10	118	-0.6735	30.6160	0.16122	22.9	26.3	30.6	36.3	44.0	
9:11	119	-0.6752	30.8854	0.16213	23.0	26.5	30.9	36.7	44.5	
10:0	120	-0.6764	31.1586	0.16305	23.2	26.7	31.2	37.0	45.0	



Estatura por edad en niños y adolescentes de 5 años 1 mes a 19 años (z-scores)

Talla por edad (T/E)

5 años 1 mes a 19 años

Edad años:meses	Meses	Estatura en cm									
		L	M	S	DE	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE	
5:1	61	1	110.2647	0.04164	4.5914	101.1	105.7	110.3	114.9	119.4	
5:2	62	1	110.8006	0.04172	4.6226	101.6	106.2	110.8	115.4	120.0	
5:3	63	1	111.3338	0.04180	4.6538	102.0	106.7	111.3	116.0	120.6	
5:4	64	1	111.8636	0.04187	4.6837	102.5	107.2	111.9	116.5	121.2	
5:5	65	1	112.3895	0.04195	4.7147	103.0	107.7	112.4	117.1	121.8	
5:6	66	1	112.9110	0.04203	4.7456	103.4	108.2	112.9	117.7	122.4	
5:7	67	1	113.4280	0.04211	4.7765	103.9	108.7	113.4	118.2	123.0	
5:8	68	1	113.9410	0.04218	4.8060	104.3	109.1	113.9	118.7	123.6	
5:9	69	1	114.4500	0.04226	4.8367	104.8	109.6	114.5	119.3	124.1	
5:10	70	1	114.9547	0.04234	4.8672	105.2	110.1	115.0	119.8	124.7	
5:11	71	1	115.4549	0.04241	4.8964	105.7	110.6	115.5	120.4	125.2	
6:0	72	1	115.9509	0.04249	4.9268	106.1	111.0	116.0	120.9	125.8	
6:1	73	1	116.4432	0.04257	4.9570	106.5	111.5	116.4	121.4	126.4	
6:2	74	1	116.9325	0.04264	4.9860	107.0	111.9	116.9	121.9	126.9	
6:3	75	1	117.4196	0.04272	5.0162	107.4	112.4	117.4	122.4	127.5	
6:4	76	1	117.9046	0.04280	5.0463	107.8	112.9	117.9	123.0	128.0	
6:5	77	1	118.3880	0.04287	5.0753	108.2	113.3	118.4	123.5	128.5	
6:6	78	1	118.8700	0.04295	5.1055	108.7	113.8	118.9	124.0	129.1	
6:7	79	1	119.3508	0.04303	5.1357	109.1	114.2	119.4	124.5	129.6	
6:8	80	1	119.8303	0.04311	5.1659	109.5	114.7	119.8	125.0	130.2	
6:9	81	1	120.3085	0.04318	5.1949	109.9	115.1	120.3	125.5	130.7	
6:10	82	1	120.7853	0.04326	5.2252	110.3	115.6	120.8	126.0	131.2	
6:11	83	1	121.2604	0.04334	5.2554	110.8	116.0	121.3	126.5	131.8	
7:0	84	1	121.7338	0.04342	5.2857	111.2	116.4	121.7	127.0	132.3	

Edad años:meses	Meses	Estatura en cm									
		L	M	S	DE	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE	
7:1	85	1	122.2053	0.04350	5.3159	111.6	116.9	122.2	127.5	132.8	
7:2	86	1	122.6750	0.04358	5.3462	112.0	117.3	122.7	128.0	133.4	
7:3	87	1	123.1429	0.04366	5.3764	112.4	117.8	123.1	128.5	133.9	
7:4	88	1	123.6092	0.04374	5.4067	112.8	118.2	123.6	129.0	134.4	
7:5	89	1	124.0736	0.04382	5.4369	113.2	118.6	124.1	129.5	134.9	
7:6	90	1	124.5361	0.04390	5.4671	113.6	119.1	124.5	130.0	135.5	
7:7	91	1	124.9964	0.04398	5.4973	114.0	119.5	125.0	130.5	136.0	
7:8	92	1	125.4545	0.04406	5.5275	114.4	119.9	125.5	131.0	136.5	
7:9	93	1	125.9104	0.04414	5.5577	114.8	120.4	125.9	131.5	137.0	
7:10	94	1	126.3640	0.04422	5.5878	115.2	120.8	126.4	132.0	137.5	
7:11	95	1	126.8156	0.04430	5.6179	115.6	121.2	126.8	132.4	138.1	
8:0	96	1	127.2651	0.04438	5.6480	116.0	121.6	127.3	132.9	138.6	
8:1	97	1	127.7129	0.04446	5.6781	116.4	122.0	127.7	133.4	139.1	
8:2	98	1	128.1590	0.04454	5.7082	116.7	122.5	128.2	133.9	139.6	
8:3	99	1	128.6034	0.04462	5.7383	117.1	122.9	128.6	134.3	140.1	
8:4	100	1	129.0466	0.04470	5.7684	117.5	123.3	129.0	134.8	140.6	
8:5	101	1	129.4887	0.04478	5.7985	117.9	123.7	129.5	135.3	141.1	
8:6	102	1	129.9300	0.04487	5.8300	118.3	124.1	129.9	135.8	141.6	
8:7	103	1	130.3705	0.04495	5.8602	118.7	124.5	130.4	136.2	142.1	
8:8	104	1	130.8103	0.04503	5.8904	119.0	124.9	130.8	136.7	142.6	
8:9	105	1	131.2495	0.04511	5.9207	119.4	125.3	131.3	137.2	143.1	
8:10	106	1	131.6884	0.04519	5.9510	119.8	125.7	131.7	137.6	143.6	
8:11	107	1	132.1269	0.04527	5.9814	120.2	126.1	132.1	138.1	144.1	
9:0	108	1	132.5652	0.04535	6.0118	120.5	126.6	132.6	138.6	144.6	

Edad años:meses	Meses	L	M	S	DE	Estatura en cm				
						-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
9.1	109	1	133.0031	0.04543	6.0423	120.9	127.0	133.0	139.0	145.1
9.2	110	1	133.4404	0.04551	6.0729	121.3	127.4	133.4	139.5	145.6
9.3	111	1	133.8770	0.04559	6.1035	121.7	127.8	133.9	140.0	146.1
9.4	112	1	134.3130	0.04566	6.1327	122.0	128.2	134.3	140.4	146.6
9.5	113	1	134.7483	0.04574	6.1634	122.4	128.6	134.7	140.9	147.1
9.6	114	1	135.1829	0.04582	6.1941	122.8	129.0	135.2	141.4	147.6
9.7	115	1	135.6168	0.04589	6.2235	123.2	129.4	135.6	141.8	148.1
9.8	116	1	136.0501	0.04597	6.2542	123.5	129.8	136.1	142.3	148.6
9.9	117	1	136.4829	0.04604	6.2837	123.9	130.2	136.5	142.8	149.1
9.10	118	1	136.9153	0.04612	6.3145	124.3	130.6	136.9	143.2	149.5
9.11	119	1	137.3474	0.04619	6.3441	124.7	131.0	137.3	143.7	150.0
10.0	120	1	137.7795	0.04626	6.3737	125.0	131.4	137.8	144.2	150.5
10.1	121	1	138.2119	0.04633	6.4034	125.4	131.8	138.2	144.6	151.0
10.2	122	1	138.6452	0.04640	6.4331	125.8	132.2	138.6	145.1	151.5
10.3	123	1	139.0797	0.04647	6.4630	126.2	132.6	139.1	145.5	152.0
10.4	124	1	139.5158	0.04654	6.4931	126.5	133.0	139.5	146.0	152.5
10.5	125	1	139.9540	0.04661	6.5233	126.9	133.4	140.0	146.5	153.0
10.6	126	1	140.3948	0.04667	6.5522	127.3	133.8	140.4	146.9	153.5
10.7	127	1	140.8387	0.04674	6.5828	127.7	134.3	140.8	147.4	154.0
10.8	128	1	141.2859	0.04680	6.6122	128.1	134.7	141.3	147.9	154.5
10.9	129	1	141.7368	0.04686	6.6418	128.5	135.1	141.7	148.4	155.0
10.10	130	1	142.1916	0.04692	6.6716	128.8	135.5	142.2	148.9	155.5
10.11	131	1	142.6501	0.04698	6.7017	129.2	135.9	142.7	149.4	156.1
11.0	132	1	143.1126	0.04703	6.7306	129.7	136.4	143.1	149.8	156.6

Edad años:meses	Meses	L	M	S	DE	Estatura en cm				
						-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE
11.1	133	1	143.5795	0.04709	6.7612	130.1	136.8	143.6	150.3	157.1
11.2	134	1	144.0511	0.04714	6.7906	130.5	137.3	144.1	150.8	157.6
11.3	135	1	144.5276	0.04719	6.8203	130.9	137.7	144.5	151.3	158.2
11.4	136	1	145.0093	0.04723	6.8488	131.3	138.2	145.0	151.9	158.7
11.5	137	1	145.4964	0.04728	6.8791	131.7	138.6	145.5	152.4	159.3
11.6	138	1	145.9891	0.04732	6.9082	132.2	139.1	146.0	152.9	159.8
11.7	139	1	146.4878	0.04736	6.9377	132.6	139.6	146.5	153.4	160.4
11.8	140	1	146.9927	0.04740	6.9675	133.1	140.0	147.0	154.0	160.9
11.9	141	1	147.5041	0.04744	6.9976	133.5	140.5	147.5	154.5	161.5
11.10	142	1	148.0224	0.04747	7.0266	134.0	141.0	148.0	155.0	162.1
11.11	143	1	148.5478	0.04750	7.0560	134.4	141.5	148.5	155.6	162.7
12.0	144	1	149.0807	0.04753	7.0858	134.9	142.0	149.1	156.2	163.3
12.1	145	1	149.6212	0.04755	7.1145	135.4	142.5	149.6	156.7	163.9
12.2	146	1	150.1694	0.04758	7.1451	135.9	143.0	150.2	157.3	164.5
12.3	147	1	150.7256	0.04759	7.1730	136.4	143.6	150.7	157.9	165.1
12.4	148	1	151.2899	0.04761	7.2029	136.9	144.1	151.3	158.5	165.7
12.5	149	1	151.8623	0.04762	7.2317	137.4	144.6	151.9	159.1	166.3
12.6	150	1	152.4425	0.04763	7.2608	137.9	145.2	152.4	159.7	167.0
12.7	151	1	153.0298	0.04763	7.2888	138.5	145.7	153.0	160.3	167.6
12.8	152	1	153.6234	0.04764	7.3186	139.0	146.3	153.6	160.9	168.3
12.9	153	1	154.2223	0.04763	7.3456	139.5	146.9	154.2	161.6	168.9
12.10	154	1	154.8258	0.04763	7.3744	140.1	147.5	154.8	162.2	169.6
12.11	155	1	155.4329	0.04762	7.4017	140.6	148.0	155.4	162.8	170.2
13.0	156	1	156.0426	0.04760	7.4276	141.2	148.6	156.0	163.5	170.9



IMC por edad en niños y adolescentes de 5 años 1 mes a 19 años (z-scores)

IMC por edad (IMC/E)

5 años 1 mes a 19 años

Edad años:meses	Meses	L	M	S	IMC en kg/m ²					
					-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE	+3DE
5.1	61	-0.7387	15.2641	0.08390	13.0	14.1	15.3	16.6	18.3	20.2
5.2	62	-0.7621	15.2616	0.08414	13.0	14.1	15.3	16.6	18.3	20.2
5.3	63	-0.7856	15.2604	0.08439	13.0	14.1	15.3	16.7	18.3	20.2
5.4	64	-0.8089	15.2605	0.08464	13.0	14.1	15.3	16.7	18.3	20.3
5.5	65	-0.8322	15.2619	0.08490	13.0	14.1	15.3	16.7	18.3	20.3
5.6	66	-0.8554	15.2645	0.08516	13.0	14.1	15.3	16.7	18.4	20.4
5.7	67	-0.8785	15.2684	0.08543	13.0	14.1	15.3	16.7	18.4	20.4
5.8	68	-0.9015	15.2737	0.08570	13.0	14.1	15.3	16.7	18.4	20.5
5.9	69	-0.9243	15.2801	0.08597	13.0	14.1	15.3	16.7	18.4	20.5
5.10	70	-0.9471	15.2877	0.08625	13.0	14.1	15.3	16.7	18.5	20.6
5.11	71	-0.9697	15.2965	0.08653	13.0	14.1	15.3	16.7	18.5	20.6
6.0	72	-0.9921	15.3062	0.08682	13.0	14.1	15.3	16.8	18.5	20.7
6.1	73	-1.0144	15.3169	0.08711	13.0	14.1	15.3	16.8	18.6	20.8
6.2	74	-1.0365	15.3285	0.08741	13.1	14.1	15.3	16.8	18.6	20.8
6.3	75	-1.0584	15.3408	0.08771	13.1	14.1	15.3	16.8	18.6	20.9
6.4	76	-1.0801	15.3540	0.08802	13.1	14.1	15.4	16.8	18.7	21.0
6.5	77	-1.1017	15.3679	0.08833	13.1	14.1	15.4	16.9	18.7	21.0
6.6	78	-1.123	15.3825	0.08865	13.1	14.1	15.4	16.9	18.7	21.1
6.7	79	-1.1441	15.3978	0.08898	13.1	14.1	15.4	16.9	18.8	21.2
6.8	80	-1.1649	15.4137	0.08931	13.1	14.2	15.4	16.9	18.8	21.3
6.9	81	-1.1856	15.4302	0.08964	13.1	14.2	15.4	17.0	18.9	21.3
6.10	82	-1.206	15.4473	0.08998	13.1	14.2	15.4	17.0	18.9	21.4
6.11	83	-1.2261	15.4650	0.09033	13.1	14.2	15.5	17.0	19.0	21.5
7.0	84	-1.246	15.4832	0.09068	13.1	14.2	15.5	17.0	19.0	21.6

Edad años:meses	Meses	L	M	S	IMC en kg/m ²					
					-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE	+3DE
7.1	85	-1.2656	15.5019	0.09103	13.2	14.2	15.5	17.1	19.1	21.7
7.2	86	-1.2849	15.5210	0.09139	13.2	14.2	15.5	17.1	19.1	21.8
7.3	87	-1.3040	15.5407	0.09176	13.2	14.3	15.5	17.1	19.2	21.9
7.4	88	-1.3228	15.5608	0.09213	13.2	14.3	15.6	17.2	19.2	22.0
7.5	89	-1.3414	15.5814	0.09251	13.2	14.3	15.6	17.2	19.3	22.0
7.6	90	-1.3596	15.6023	0.09289	13.2	14.3	15.6	17.2	19.3	22.1
7.7	91	-1.3776	15.6237	0.09327	13.2	14.3	15.6	17.3	19.4	22.2
7.8	92	-1.3953	15.6455	0.09366	13.2	14.3	15.6	17.3	19.4	22.4
7.9	93	-1.4126	15.6677	0.09406	13.3	14.3	15.7	17.3	19.5	22.5
7.10	94	-1.4297	15.6903	0.09445	13.3	14.4	15.7	17.4	19.6	22.6
7.11	95	-1.4464	15.7133	0.09486	13.3	14.4	15.7	17.4	19.6	22.7
8.0	96	-1.4629	15.7368	0.09526	13.3	14.4	15.7	17.4	19.7	22.8
8.1	97	-1.4790	15.7606	0.09567	13.3	14.4	15.8	17.5	19.7	22.9
8.2	98	-1.4947	15.7848	0.09609	13.3	14.4	15.8	17.5	19.8	23.0
8.3	99	-1.5101	15.8094	0.09651	13.3	14.4	15.8	17.5	19.9	23.1
8.4	100	-1.5252	15.8344	0.09693	13.4	14.5	15.8	17.6	19.9	23.3
8.5	101	-1.5399	15.8597	0.09735	13.4	14.5	15.9	17.6	20.0	23.4
8.6	102	-1.5542	15.8855	0.09778	13.4	14.5	15.9	17.7	20.1	23.5
8.7	103	-1.5681	15.9116	0.09821	13.4	14.5	15.9	17.7	20.1	23.6
8.8	104	-1.5817	15.9381	0.09864	13.4	14.5	15.9	17.7	20.2	23.8
8.9	105	-1.5948	15.9651	0.09907	13.4	14.6	16.0	17.8	20.3	23.9
8.10	106	-1.6076	15.9925	0.09951	13.5	14.6	16.0	17.8	20.3	24.0
8.11	107	-1.6199	16.0205	0.09994	13.5	14.6	16.0	17.9	20.4	24.2
9.0	108	-1.6318	16.0490	0.10038	13.5	14.6	16.0	17.9	20.5	24.3



IMC por edad en niños y adolescentes de 5 años 1 mes a 19 años (z-scores)

5 años 1 mes a 19 años

Edad años:meses	Meses	IMC en kg/m ²								
		L	M	S	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE	+3DE
9.1	109	-1.6433	16.0781	0.10082	13.5	14.6	16.1	18.0	20.5	24.4
9.2	110	-1.6544	16.1078	0.10126	13.5	14.7	16.1	18.0	20.6	24.6
9.3	111	-1.6651	16.1381	0.10170	13.5	14.7	16.1	18.0	20.7	24.7
9.4	112	-1.6753	16.1692	0.10214	13.6	14.7	16.2	18.1	20.8	24.9
9.5	113	-1.6851	16.2009	0.10259	13.6	14.7	16.2	18.1	20.8	25.0
9.6	114	-1.6944	16.2333	0.10303	13.6	14.8	16.2	18.2	20.9	25.1
9.7	115	-1.7032	16.2665	0.10347	13.6	14.8	16.3	18.2	21.0	25.3
9.8	116	-1.7116	16.3004	0.10391	13.6	14.8	16.3	18.3	21.1	25.5
9.9	117	-1.7196	16.3351	0.10435	13.7	14.8	16.3	18.3	21.2	25.6
9.10	118	0.0118	16.3704	0.10478	13.7	14.9	16.4	18.4	21.2	25.8
9.11	119	0.0119	16.4065	0.10522	13.7	14.9	16.4	18.4	21.3	25.9
10.0	120	-1.7407	16.4433	0.10566	13.7	14.9	16.4	18.5	21.4	26.1
10.1	121	-1.7468	16.4807	0.10609	13.8	15.0	16.5	18.5	21.5	26.2
10.2	122	-1.7525	16.5189	0.10652	13.8	15.0	16.5	18.6	21.6	26.4
10.3	123	-1.7578	16.5578	0.10695	13.8	15.0	16.6	18.6	21.7	26.6
10.4	124	-1.7626	16.5974	0.10738	13.8	15.0	16.6	18.7	21.7	26.7
10.5	125	-1.7670	16.6376	0.10780	13.9	15.1	16.6	18.8	21.8	26.9
10.6	126	-1.7710	16.6786	0.10823	13.9	15.1	16.7	18.8	21.9	27.0
10.7	127	-1.7745	16.7203	0.10865	13.9	15.1	16.7	18.9	22.0	27.2
10.8	128	-1.7777	16.7628	0.10906	13.9	15.2	16.8	18.9	22.1	27.4
10.9	129	-1.7804	16.8059	0.10948	14.0	15.2	16.8	19.0	22.2	27.5
10.10	130	-1.7828	16.8497	0.10989	14.0	15.2	16.9	19.0	22.3	27.7
10.11	131	-1.7847	16.8941	0.11030	14.0	15.3	16.9	19.1	22.4	27.9
11.0	132	-1.7862	16.9392	0.11070	14.1	15.3	16.9	19.2	22.5	28.0

Edad años:meses	Meses	IMC en kg/m ²								
		L	M	S	-2DE	-1DE	Mediana	+1DE	+2DE	+3DE
11.1	133	-1.7873	16.9850	0.11110	14.1	15.3	17.0	19.2	22.5	28.2
11.2	134	-1.7881	17.0314	0.11150	14.1	15.4	17.0	19.3	22.6	28.4
11.3	135	-1.7884	17.0784	0.11189	14.1	15.4	17.1	19.3	22.7	28.5
11.4	136	-1.7884	17.1262	0.11228	14.2	15.5	17.1	19.4	22.8	28.7
11.5	137	-1.7880	17.1746	0.11266	14.2	15.5	17.2	19.5	22.9	28.8
11.6	138	-1.7873	17.2236	0.11304	14.2	15.5	17.2	19.5	23.0	29.0
11.7	139	-1.7861	17.2734	0.11342	14.3	15.6	17.3	19.6	23.1	29.2
11.8	140	-1.7846	17.3240	0.11379	14.3	15.6	17.3	19.7	23.2	29.3
11.9	141	-1.7828	17.3752	0.11415	14.3	15.7	17.4	19.7	23.3	29.5
11.10	142	-1.7806	17.4272	0.11451	14.4	15.7	17.4	19.8	23.4	29.6
11.11	143	-1.7780	17.4799	0.11487	14.4	15.7	17.5	19.9	23.5	29.8
12.0	144	-1.7751	17.5334	0.11522	14.5	15.8	17.5	19.9	23.6	30.0
12.1	145	-1.7719	17.5877	0.11556	14.5	15.8	17.6	20.0	23.7	30.1
12.2	146	-1.7684	17.6427	0.11590	14.5	15.9	17.6	20.1	23.8	30.3
12.3	147	-1.7645	17.6985	0.11623	14.6	15.9	17.7	20.2	23.9	30.4
12.4	148	-1.7604	17.7551	0.11656	14.6	16.0	17.8	20.2	24.0	30.6
12.5	149	-1.7559	17.8124	0.11688	14.6	16.0	17.8	20.3	24.1	30.7
12.6	150	-1.7511	17.8704	0.11720	14.7	16.1	17.9	20.4	24.2	30.9
12.7	151	-1.7461	17.9292	0.11751	14.7	16.1	17.9	20.4	24.3	31.0
12.8	152	-1.7408	17.9887	0.11781	14.8	16.2	18.0	20.5	24.4	31.1
12.9	153	-1.7352	18.0488	0.11811	14.8	16.2	18.0	20.6	24.5	31.3
12.10	154	-1.7293	18.1096	0.11841	14.8	16.3	18.1	20.7	24.6	31.4
12.11	155	-1.7232	18.1710	0.11869	14.9	16.3	18.2	20.8	24.7	31.6
13.0	156	-1.7168	18.2330	0.11898	14.9	16.4	18.2	20.8	24.8	31.7

ETAPA DE ADOLESCENCIA

La adolescencia comprende el periodo de tiempo desde el inicio de la maduración puberal hasta el fin del crecimiento somático.

La adolescencia es un periodo de crecimiento acelerado con un aumento muy importante tanto de la talla como de la masa corporal. Además, en relación con el sexo, tiene lugar un cambio en la composición del organismo variando las proporciones de los tejidos libres de grasa, hueso y músculo fundamentalmente, y el compartimiento graso. De este modo se adquiere el 40-50% del peso definitivo, el 20% de la talla adulta y hasta el 50% de la masa esquelética. Los varones experimentan un mayor aumento de la masa magra tanto en forma absoluta como relativa, y en las mujeres se incrementa, sobre todo, la masa grasa. Estos cambios tienen un ritmo de desarrollo variable según el individuo, lo que origina un aumento de las necesidades nutricionales más en relación con la edad biológica que con la cronológica, y en mayor grado en los chicos que en las chicas. Estos hechos condicionan un aumento de las necesidades de macro y micronutrientes y la posibilidad de que puedan producirse deficiencias nutricionales en esta edad si la ingesta no es adecuada.

Es frecuente que los adolescentes omitan comidas, sobre todo el desayuno, que muestren preocupación por una alimentación sana y sin embargo tengan hábitos alimenticios absurdos, que tengan un ideal de delgadez excesivo, que manifiesten total despreocupación por hábitos saludables, consumiendo alcohol, tabaco u otras

drogas, y no realizando ejercicio físico. Todos estos factores condicionan grandes variaciones individuales en las necesidades nutricionales, debiendo particularizarse en cada caso el consejo nutricional.

En cuanto al agua, se estima su consumo en 1-1,5 ml/kcal

Proteínas: Las proteínas deben aportar entre un 10% y un 15% de las calorías de la dieta y contener suficiente cantidad de aquellas de alto valor biológico.

Lípidos: debe ser del 30-35% del total energético diario, dependiendo la cifra máxima de la distribución de los tipos de grasa, siendo la ideal aquella en que el aporte de grasas saturadas suponga menos del 10% de las calorías totales, los ácidos monoinsaturados, el 10-20% y los poliinsaturados, el 7-10%. La ingesta de colesterol será inferior a 300 mg/día.

Hidratos de carbono: Deben de representar entre el 55% y el 60% del aporte calórico total, preferentemente en forma de hidratos de carbono complejos que constituyen, también, una importante fuente de fibra. Los hidratos de carbono simples no deben de constituir más del 10-12 % de la ingesta.

El aporte de vitaminas y minerales se presenta en las siguientes tablas:

TABLA II. Recomendaciones de vitaminas liposolubles (RDI), *1997, **2000, ***2001				
Edad (años)	Vit. A (mg RE)***	Vit. D (mg)*	Vit. E (mg a-TE)**	Vit. K (mg)***
9-13 niños	600	5	11	60
9-13 niñas	600	5	11	60
14-18 niños	900	5	15	75
14-18 niñas	900	5	15	75

En negrita RDA, el resto AI. RDI: *Dietary Reference Intakes*.

TABLA III. Recomendaciones de vitaminas hidrosolubles (RDI), *1998, **2000					
Edad (años)	Vit. C (mg)**	Tiamina (mg)*	Riboflavina (mg)*	Niacina (mg)*	Vit. B6 (mg)*
9-13 niños	45	0,9	0,9	12	1,0
9-13 niñas	45	0,9	0,9	12	1,0
14-18 niños	75	1,2	1,3	16	1,3
14-18 niñas	65	1,0	1,0	14	1,2

En negrita RDA.

TABLA IV. Recomendaciones de vitaminas hidrosolubles (RDI), *1998					
Edad (años)	Folato (µg)*	Vit. B12 (µg)*	Ác. pantoténico (mg)*	Biotina (µg)*	Colina (mg)*
9-13 niños	300	1,8	4	20	375
9-13 niñas	300	1,8	4	20	375
14-18 niños	400	2,4	5	25	550
14-18 niñas	400	2,4	5	25	400

En negrita RDA, el resto AI.

TABLA V. Recomendaciones de minerales (RDI), *1997, **2000, ***2001						
Edad (años)	Calcio (mg)*	Fósforo (mg)*	Magnesio (mg)*	Flúor (mg)*	Selenio (µg)**	Hierro (mg)***
9-13 niños	1.300	1.250	240	2	40	8
9-13 niñas	1.300	1.250	240	2	40	8
14-18 niños	1.300	1.250	410	3	55	11
14-18 niñas	1.300	1.250	360	3	55	15
En negrita RDA, el resto AI.						

TABLA VI. Recomendaciones de minerales (RDI), *2001						
Edad (años)	Cromo (µg)*	Cobre (µg)*	Yodo (µg)*	Manganeso (mg)*	Molibdeno (µg)**	Cinc (µg)*
9-13 niños	25	700	120	1,9	34	8
9-13 niñas	21	700	120	1,6	34	8
14-18 niños	35	890	150	2,2	43	11
14-18 niñas	24	890	150	1,6	43	9
En negrita RDA, el resto AI.						

Los requerimientos calóricos son superiores a los de cualquier otra edad y pueden estimarse mediante varias fórmulas existentes a continuación se muestra la propuesta por la FAO/OMS

	Edad (años)	Ecuación
Varones	0-5	Kcal/día = (55.9 x peso) + 51
	6-10	Kcal/día = (22.7 x peso) + 105
	10-18	Kcal/día = (17.5 x peso) + 651
	18-30	Kcal/día = (15.3 x peso) + 679
Mujeres	0-5	Kcal/día = (31.8 x peso) + 51
	6-10	Kcal/día = (22.5 x peso) + 100
	10-18	Kcal/día = (12.2 x peso) + 746
	18-30	Kcal/día = (14.7 x peso) + 496

En cuanto a los patrones de crecimiento se tomarán en cuenta los presentados en la etapa escolar ya que se engloban hasta los 19 años de edad, para las edades de 20 y 21 años puede realizarse el diagnóstico mediante el IMC propuesto por Quetelet.

REFERENCIAS DE CONSULTA

Peña Luis. 2020. Alimentación del preescolar y escolar. (pg 1-9) Recopilado el 04 de junio de 2020

de PDF.
https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/alimentacion_escolar.pdf

Departamento de Nutrición y Alimentos del Ministerio de Salud. 2018. Patrones de crecimiento para

la evaluación nutricional de niños, niñas y adolescentes, desde el nacimiento hasta los 19 años de edad. Recuperado el 04 de junio de 2020 de PDF
<http://www.bibliotecaminsal.cl/wp/wp-content/uploads/2018/03/2018.03.16-Patrones-de-crecimiento-para-la-evaluaci%C3%B3n-nutricional-de-ni%C3%B1os-ni%C3%B1as-y-adolescentes-2018.pdf>

Madrugá Diana. 2020. Alimentación del adolescente. (pg 1-7). Recopilado el 05 de junio de 2020 de PDF
https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/1-alimentacion_adolescente.pdf

Gómez Marta. Recomendaciones de la asociación española de pediatría sobre la alimentación complementaria. 2018. (pg 3-12). Recopilado el 04 de junio de 2020 de PDF

https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/recomendaciones_aep_sobre_alimentacio_n_complementaria_nov2018_v3_final.pdf

Organización Mundial de la Salud. 2020. Alimentación complementaria. Recopilado el 04 de junio de 2020 de https://www.who.int/nutrition/topics/complementary_feeding/es/

Organización Mundial de la Salud. 2020. Lactancia materna. Recopilado el 04 de junio de 2020 de <https://www.who.int/topics/breastfeeding/es/>