

Nutricion

Harris

Hombres: $(10 \times \text{peso en kg}) + (6.25 \times \text{altura en cm}) - (5 \times \text{edad en años})$

Mujeres: $(10 \times \text{peso en kg}) + (6.25 \times \text{altura en cm}) - (5 \times \text{edad en años})$

$$M = (10 \times 49) + (6.25 \times 154) - (5 \times 27) = 1.845$$

$$H = (10 \times 80) + (6.25 \times 180) - (5 \times 25) + 5 = 1740$$