





根據亞洲成人的體重指數標準

Segundo o padrão de BMI de adulto asiático:

體重指標 BMI	<18.5	18.5-22.9	≥ 23.0	23.0-24.9	25.0-29.9	≥ 30.0
分類 Classificação	過輕 Abaixo do peso	正常 Normal	過重 Sobrepeso	臨界超重 Sobrepeso em nível crítico	I 級肥胖 Obesidade grau I	II 級肥胖 Obesidade grau II

體重指標 (BMI) = 體重 (公斤) / [身高 (米)]<sup>2</sup>

Índice de massa corporal (BMI) = Peso (Kg) / [Altura(m)]<sup>2</sup>

亞洲成人腹圍：

男性 ≤ 90 厘米

女性 ≤ 80 厘米

( 腹圍超過此數值被視為「中央肥胖」)

Cintura de adulto asiático:

Homem ≤ 90cm

Mulher ≤ 80cm

( A cintura superior a este valor indica “obesidade central”)

資料來源：亞太區展望：肥胖的重新定義和治療。世界衛生組織，2000

Fonte : Perspectiva da Ásia-Pacífico : Redefinição da obesidade e seu tratamento. OMS, 2000