

Mantener un **PESO SALUDABLE** te hará vivir más y mejor

¿Sabías
que...?

Si tienes **OBESIDAD**
y adelgazas puedes
ganar **años de vida:**



MUJERES
hasta
3,5

HOMBRES
hasta
4,2

IMC



ÍNDICE DE MASA CORPORAL



**AÑOS DE VIDA
PERDIDOS**



MUJERES



HOMBRES

Menos de 18,5

4,5

4,3

18,5-24,9

0

0

25-29

0,8

1

30-34,9

2,4

3,4

35-39,9

4,7

5,9

Más de 40

7,7

9,1

Media de 30-40

3,5

4,2