

ΥΠ.Ε.Π.Θ. - Ι.Ε.Κ. ΧΑΪΔΑΡΙΟΥ

ΕΙΔΙΚΟΣ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ ΔΙΑΙΤΗΤΙΚΗΣ ΕΞΑΜΗΝΟ Α' ΤΕΛΙΚΗ ΓΡΑΠΤΗ ΕΞΕΤΑΣΗ ΣΤΟ ΜΑΘΗΜΑ : “ΧΡΗΣΗ Η/Υ” ΤΕΤΑΡΤΗ 16/06/1999

Ο ορισμός **Δείκτης μάζας σώματος** (ΔΜΣ, body mass index (BMI), ή Quetelet index) είναι μία γενική ιατρική **ένδειξη** για τον υπολογισμό του βαθμού παχυσαρκίας ενός ατόμου. Λόγω του εύκολου υπολογισμού του είναι ένα ευρέως διαδεδομένο διαγνωστικό εργαλείο των πιθανών προβλημάτων υγείας ενός ατόμου σε σχέση με το βάρος του. Δημιουργήθηκε το 1832^[1] από τον Adolphe Quetelet.

Υπολογίζεται πολύ εύκολα από τον τύπο:

$$(\text{βάρους σε κιλά})/(\text{Ύψους σε μέτρα})^2$$

Για παράδειγμα: Άτομο με ύψος 1,80 μέτρα και βάρος 80 κιλά έχει $\Delta\text{Μ}\Sigma=80/(1,80*1,80)=24,69$

Εάν δεν είναι δυνατός ο προσδιορισμός του ποσοστού λίπους από άλλες μεθόδους τότε χρησιμοποιείται ο ΔΜΣ σαν ποσοστό λίπους. Παγκοσμίως έχει γίνει αποδεκτή η εξής κατηγοριοποίηση:

- Ποσοστό λίπους μικρότερο από 18,5 δείχνει ότι το άτομο είναι **ελλιποβαρές**.
- Ποσοστό λίπους μεταξύ 18,5 και 24,9 δείχνει ότι το άτομο έχει **φυσιολογικό βάρος**.
- Ποσοστό λίπους μεταξύ 25 και 29,9 δείχνει ότι το άτομο είναι **υπέρβαρο**.
- Ποσοστό λίπους 30 και μεγαλύτερο δείχνει ότι το άτομο πάσχει από **παχυσαρκία**.

ΖΗΤΕΙΤΑΙ : Να δημιουργηθεί φύλλο εργασίας στο EXCEL, το οποίο θα περιέχει 10 πελάτες σας καθώς το ύψος και το βάρος τους. Θα υπολογίζει τον ΔΜΣ για κάθε έναν από αυτούς και θα εμφανίζει τον χαρακτηρισμό του με βάση τα παραπάνω.

ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΕΞΕΤΑΣΗΣ ΔΥΟ (2) ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΩΡΕΣ
***** ΚΑΛΗ ΕΠΙΤΥΧΙΑ *****

Ο ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ

ΟΙ ΚΑΘΗΓΗΤΕΣ

Γ. ΚΟΛΛΙΑΣ

Κ. ΧΑΡΙΤΩΝΙΔΗΣ

Ζ. Μ. ΚΟΝΤΟΠΟΔΗΣ