

BMI beregnes således:

$$\frac{\text{Vægt (kg)}}{\text{Højde (m) x højde (m)}} = \text{BMI}$$

Dvs. gang din højde med sig selv.
Dividér resultatet op i din vægt.

Eksempel:

En person vejer 80 kg og er 165 høj.

Beregning af BMI:

$$\frac{80 \text{ kg}}{1,65 \text{ m} \times 1,65 \text{ m}} = 29$$