



Gráficas de crecimiento y percentiles



Cada niño crece a su propio ritmo. En una misma clase podemos ver individuos altos, bajos, grandes y pequeños. Existe una gran variabilidad de pesos y tamaños entre los niños sanos y normales.

El crecimiento depende, sobre todo, del potencial genético de cada individuo y del sexo, aunque también influyen otros factores como la nutrición, la actividad física o la existencia de problemas de salud. Es un reflejo del estado global de salud y de nutrición. Se valora comparando, en una gráfica de crecimiento, las medidas de un niño concreto frente a los de su misma edad.

¿Qué se mide?

Hasta los dos años se miden el peso, la longitud (la medida de pies a cabeza con el niño tumbado) y el perímetro cefálico (tamaño de la cabeza en redondo).

A partir de los dos años y hasta el final de crecimiento se miden el peso y la talla (la medida de pies a cabeza estando de pie). También es útil conocer el índice de masa corporal (IMC), que se obtiene dividiendo el peso por la talla al cuadrado ($\text{peso}/\text{talla}^2$).

¿Cómo se elaboran las curvas de crecimiento?

Las curvas o gráficas de crecimiento se elaboran con los datos obtenidos de medir a grupos amplios de niños de distintas edades (estudios transversales) o midiendo de forma seriada a un grupo de niños desde que nacen hasta que llegan al final de la adolescencia y dejan de crecer (estudios longitudinales).

Los datos obtenidos de estos estudios se someten a diversos procedimientos estadísticos, a partir de los cuales se obtienen las gráficas y los percentiles. Su uso se ha popularizado en los últimos años hasta el punto de producir, en ocasiones, una preocupación excesiva por el percentil de peso o talla en el que se encuentra un niño.

¿Qué son los percentiles?

Cuanto mayor sea el número de percentil, más grande será el niño respecto a los de su misma edad y, cuanto menor número de percentil, menor tamaño tendrá. Si un niño está en el percentil 50 de peso significa que, comparado con los de su edad, hay un 50 % de los niños que pesan más y otro 50 que pesan menos. Dicho de otra forma, si toda la población de los nacidos el mismo día se representara con 100 niños y los colocáramos por orden de lo que estemos midiendo: peso, talla o tamaño de la cabeza, el del percentil 50 estaría en medio, con 50 midiendo más que él y 50 midiendo menos; el del percentil 3 solo tendría 3 que medirían menos que él y 97 que medirían más; y el del 97, pues al contrario.

Conviene tener en cuenta que esto del percentil es solo un dato estadístico cuya interpretación requiere conocimiento y experiencia en el crecimiento normal, sus variaciones normales y las que sugieren problemas.

¿Para qué sirven los percentiles?

Conocer cómo es el patrón normal de crecimiento y sus desviaciones, permite detectar, de forma precoz, la aparición de determinados problemas, pero también contribuye a evitar intervenciones o estudios innecesarios en niños que tienen variaciones normales del crecimiento.

Por sí solos, los percentiles de crecimiento no indican el estado de salud de un niño. Es sólo una comparación. El percentil concreto de un niño, como dato aislado, no tiene demasiado valor. Las curvas de crecimiento no deben utilizarse como instrumento único para tomar decisiones, aunque los datos que proporcionan contribuyen a formar una impresión global del niño. El crecimiento debe valorarse en un contexto amplio y requiere considerar otros factores, como la talla de la familia o el ambiente.

¿Cuál es el percentil normal de un niño?

Aunque, en general, se considera que el rango oscila entre el percentil 3 y el percentil 97, lo cierto es que también hay niños sanos que crecen por debajo del percentil 3, sin que eso indique que tienen algún problema. Estar en un percentil alto o bajo no significa necesariamente que un niño esté más o menos sano o que tenga un problema de crecimiento. Supongamos que un niño está en el percentil 3 de crecimiento; si sus padres tienen poca talla y el niño por lo demás es normal y crece a buen ritmo, lo más probable es que sea un niño normal y no haya razón para preocuparse, aunque sea más pequeño que la media de los de su edad. Un niño que crezca de forma mantenida en el percentil 10 puede estar tan sano como otro que crece en el percentil 90. El percentil 50 no es el percentil ideal, solo refleja que la mitad de los niños pesan o miden más y la otra mitad menos.

¿Qué es la curva de crecimiento?

Además del percentil en un momento concreto, también es útil conocer la velocidad de aumento del peso y de la talla. Las gráficas de crecimiento tienen más utilidad para realizar un seguimiento a lo largo del tiempo. Ver la variación del crecimiento a distintas edades y conocer cómo es la curva particular de un niño concreto es más importante que un valor aislado. Si un niño crece siguiendo un cierto patrón y en un momento dado cambia ese patrón y empieza a crecer más despacio, podemos estar ante un problema de salud y descubrirlo observando su curva de crecimiento. Aunque en determinados periodos, como entre los 6 y 18 meses o en la adolescencia, algunos niños normales pueden cambiar de percentil.

Si tiene alguna duda sobre el crecimiento de su hijo o sobre la gráfica de crecimiento y los percentiles, hable con su pediatra.

Artículo publicado el 27-10-2013, revisado por última vez el 25-10-2024

La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.

Este texto, perteneciente a la [Asociación Española de Pediatría](#), está disponible bajo la [licencia Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 España](#).

Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:

<https://enfamilia.aeped.es/edades-etapas/graficas-crecimiento-percentiles>