

## EKOLOGIA – Budżet energetyczny organizmów

### (1) Równania szacujące wysokość podstawowej przemiany materii (BMR) człowieka.

Płeć	Wiek (lata)	BMR (kcal/dzień)	Korekcja ze względu na stan fizjologiczny kobiety (kcal/dzień)	
			ciężarne*	karmiące
Mężczyźni	<3	$59,512 \times W - 30,4$		
	3-10	$22,706 \times W + 504,3$		
	10-18	$17,686 \times W + 658,2$		
	18-30	$15,057 \times W + 692,2$		
	30-60	$11,472 \times W + 873,1$		
	>60	$11,711 \times W + 587,7$		
Kobiety	<3	$58,317 \times W - 30,4$		
	3-10	$20,315 \times W + 485,9$		
	10-18	$13,384 \times W + 692,6$		
	18-30	$14,818 \times W + 486,6$	+ 283	+ 675
	30-60	$8,126 \times W + 845,6$		
	>60	$9,082 \times W + 658,5$		

\* średnia dla 2. i 3. trymestru ciąży

W – masa ciała

Na podstawie FAO, 2004