1. **DATOS GENERALES:**
2. Nombre y Apellido: Diana Velasquez
3. Edad: 28
4. Altura: 1.61
5. Fecha de Nacimiento: 28/06/1993
6. Sexo: Femenino
7. Ocupación: Ingeniera en Sistemas
8. Número de teléfono: 8884 7341
9. Objetivo de la consulta: Bajar de peso y mejorar hábitos alimenticios
10. Medicamentos: Ninguno
11. Actividad Física (especificar horario, duración y tipo de entrenamiento):
    1. 45 minutos de ejercicios en casa usando GymVirtual: [http://gymvirtual.com/post\_calendar/calendario-enero-2022/](https://www.google.com/url?q=http://gymvirtual.com/post_calendar/calendario-enero-2022/&sa=D&source=hangouts&ust=1641393145759000&usg=AOvVaw0-87UtCTd0tLA0ZSpElB6O)

**MEDIDAS ANTROPOMETRICAS (\*Ver abajo para tomar correctamente las medidas)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Datos antropométricos** | | | | | |
| **Fecha** |  |  |  |  |  |
| **Peso actual** | **156 lb** |  |  |  |  |
| **Talla (altura)** | **1.61** |  |  |  |  |
| **Brazo relajado** | **30.8** |  |  |  |  |
| **Brazo flexionado** | **31.2** |  |  |  |  |
| **Muñeca** | **16.8** |  |  |  |  |
| **Tórax** | **93.6** |  |  |  |  |
| **Cintura** | **81** |  |  |  |  |
| **Cadera** | **111.4** |  |  |  |  |
| **Muslo** | **64.1** |  |  |  |  |
| **Pantorrilla** | **39.7** |  |  |  |  |

Las medidas antropometricas se las debe tomar otra persona.



