1. **DATOS GENERALES:**
2. Nombre y Apellido: Freddy René Escobar Ortiz
3. Edad: 30
4. Altura: 1.722
5. Fecha de Nacimiento: 16/09/1991
6. Sexo: Masculino
7. Ocupación: Ingeniero en Computación
8. Número de teléfono: 87086002
9. Objetivo de la consulta: Mejorar hábitos alimenticios
10. Medicamentos: Ninguno
11. Actividad Física (especificar horario, duración y tipo de entrenamiento):
    1. Ejercicio en casa, 30-40 min usando videos de Youtube

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

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Datos antropométricos** | | | | | |
| **Fecha** |  |  |  |  |  |
| **Peso actual** | **160** |  |  |  |  |
| **Talla (altura)** | **1.722** |  |  |  |  |
| **Brazo relajado** | **31.6** |  |  |  |  |
| **Brazo flexionado** | **33.7** |  |  |  |  |
| **Muñeca** | **17.3** |  |  |  |  |
| **Tórax** | **100.5** |  |  |  |  |
| **Cintura** | **86** |  |  |  |  |
| **Cadera** | **98** |  |  |  |  |
| **Muslo** | **57** |  |  |  |  |
| **Pantorrilla** | **38.2** |  |  |  |  |

Las medidas antropometricas se las debe tomar otra persona.



