

Paciente: MILAGRITOS CECILIA ZEGARRA  
GUTIERREZ

Edad: 50

Nro de documento: 06665869

## DIAGNÓSTICO


Código	Descripción
E669	OBESIDAD, NO ESPECIFICADA

## RECOMENDACIONES / INDICACIONES

Trate de respetar las cantidades indicadas en su régimen alimentario/ Mastique bien el alimento, coma despacio. /Consumir verduras y frutas a inicio de las comidas producen saciedad/ Prefiera alimentos al vapor, horno y asados / Disminuir el consumo de refrescos, jugos, y bebidas de sabor artificial/ Respete el horario de comidas/ Evitar agregar mucha sal a las comidas / Haga ejercicios 30 min diario.

05/10/2021

Fecha de emisión



Lic. Nadia Sessarego S.  
BROMATÓLOGA Y NUTRICIONISTA  
CNP- N° 5226

Firma