

MI PLAN DE ALIMENTACIÓN

Metas mínimas del tratamiento y criterios para evaluar el grado de control			
Metas de tratamiento	Bueno	regular	malo
P.A. mm de HG	<140/90	140/90-190/95	>160/95
Colesterol total	<200	200-239	≥240
IMC (Kg/M2	<25	25-27	>27
SODIO	<2400 mg/día		
ALCOHOL	≤30 ml/día		
TABACO	Evitar ese habito		