

Mujer de 44 años con un peso de 71.100 kg y una talla de 1.54cm

Fórmula

**talla X talla
Peso / talla**

Ejemplo

**1.54 X 1.54=2.37
71.100 / 2.37= 30**

IMC= 30

¿Para usted de acuerdo al IMC en que grado de obesidad se encuentra?

= obesidad grado 1

describe con tus propias palabras que le recomendarías a esta paciente

- Hacer ejercicio
- Llevar acabo una alimentación balanceada
- Tomar un litro de agua al día
- No consumir comida chatarra
- Caminar 30 min al día
- Evitar usar el auto en lugares cercanos