

Maria Alesia Branz
Licenciada en Nutrición y Dietética
Email: lalebranz@gmail.com
Instagram: @lalefit
web: www.lalefit.com



Historia Nutricional

Fecha de Inicio Plan
Nombres y Apellidos
C.I.
Sexo
Fecha de Nacimiento
Email:

Ciudad / País
Ocupación
Estado Civil
Religión
Dirección/ Telf. Trabajo

Como se entero de LaleFit? / Fue Referido por?

Historia Médica		
Antecedentes Personales		
1. Traumatismos 2. Quirúrgicos 3. Diabetes 4. Hipertensión 5. Cardiopatías 6. Neuropatías 7. Endocrinas 8. Nefropatía 9. Infecto-contagiosas 10. Otras		
Observaciones		
Menarquia		
Menopausia		
Alergias o Intolerancias		
Antecedentes Familiares		
Padre	Madre	Hermanos
Hijos	Abuelos	
Hábitos Psicobiológicos		
Cafeínicos	Sueño	
Tabáquicos	Apetito	
Alcohólicos	Intestinales	
Actividad Física	Agua	

Hábitos Alimentarios

Desayuno	Almuerzo	Cena
Lugar/Hora	Lugar/Hora	Lugar/Hora
Tipo	Tipo	Tipo
Merienda	Merienda	Merienda

Frecuencia de Consumo

Yogurt	Leche	Quesos
Frutas	Vegetales	Almidones
Plátano	Carnes Rojas	Huevo
Pollo	Comida Rápida	Grasas
Azúcar/Dulces	Gaseosas	Aversiones Alimentarias
Laboratorio		

Evaluación Nutricional

Peso Actual	Peso Recomendado
Peso Usual	Altura
Peso Máximo	IMC
Peso Mínimo	% Grasa
Peso Ideal	Impresión Dx