



Bienvenid@ al Reto “Tu estilo de vida Co-Keto”

Antes de iniciar quiero conocerte y saber más de ti, por favor llena esta *ficha de inscripción* con tus datos.

- Nombre: _____
- Fecha y lugar de nacimiento: _____
- ¿En dónde vives? _____ Celular: _____
- Edad: _____ Peso: _____ Estatura: _____
- ¿Haces ejercicio? ¿Qué tipo? _____
- ¿Cuántos días a la semana? _____
- ¿Cuál es tu objetivo de salud? _____

Historial médico:

- ¿Tienes alguna enfermedad como diabetes, hipertensión, gota, enfermedad renal o enfermedad hepática? _____
- ¿Tienes algún familiar con diabetes, hipertensión, gota, enfermedad renal o enfermedad hepática? ¿Quién? _____
- ¿Estás embarazada o lactando? _____
- ¿Eres alérgico a algo? ¿A qué? _____
- ¿Estás tomando medicamento? ¿Cuál? _____
- ¿Estás tomando algún suplemento? ¿Cuál? _____
- Escribe alguna otra situación médica que crees que deba saber: _____

En cuanto estés list@ por favor regresa esta ficha llena junto con tu comprobante de pago para poderte inscribir al reto. Seguimos en contacto.

Tania Ruvalcaba | Nutrióloga