



PROGRAMA DE MANEJO DE PESO Y OBESIDAD

Un plan integral, personalizado y
basado en evidencia.

Sarahí Rodríguez Pérez MD, FACP

DOS FASES DEL PROGRAMA



- **Fase Inicial**
(Inducción/Pérdida)
Consultas mensuales obligatorias hasta alcanzar el peso meta.

- **Fase de Mantenimiento**
Una vez alcanzado el objetivo, consultas cada 3 meses para mantener resultados.

- **Objetivo**
Mejorar su salud, transformar sus hábitos y lograr resultados sostenibles a largo plazo.

CRONOGRAMA DE CITAS

FASE INICIAL



01

Evaluación Inicial

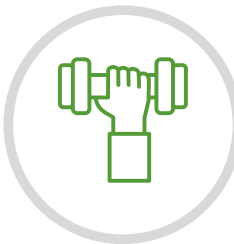
- Evaluación médica y medidas antropométricas
- Órdenes para laboratorios completos.
- Educación sobre actividad física y nutrición.
- Cuestionarios para traer a la próxima cita.



02

Diagnóstico y Plan Farmacológico

- Revisión de resultados y causas asociadas.
- Inicio de tratamiento anti-obesidad (según caso).
- Intervención en hábitos, ansiedad, sueño y estrés.
- Cuestionario de actividad física.



03

Seguimiento y Optimización

- Evaluación de tolerancia y efectividad.
- Plan de ejercicio adaptado a su capacidad.
- Nutrición avanzada y ajuste de metas.



04

Seguimiento

- Re-evaluación de medidas y progreso.
- Ajuste de medicación si es necesario.
- Revisión y optimización del plan nutricional y de actividad física.



05

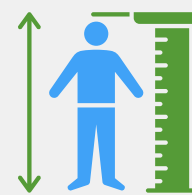
Citas Subsiguientes (Mensuales)

- Evaluación médica.
- Ajuste de plan de ejercicios y nutrición
- Ajuste de dosis de medicamentos.
- Medición completa cada 3 meses.

FASE DE MANTENIMIENTO (Peso meta alcanzado)



Frecuencia:
cada 3 meses



Antropometría
de control:
cada 6 meses
para asegurar
la estabilidad
ponderal.

INVERSIÓN

Evaluación inicial

\$80

Citas de seguimiento
(mensuales)

\$60



@Vivanovamed

Cada paso cuenta.
Estamos aquí para acompañarlo.
vivanovamed.com - 939-475-1414