



PROGRAMA INTEGRAL DE CONTROL DE PESO

¿PADECES SOBREPESO U OBESIDAD?

Atención integral, mediante un programa que incluye actividad física y plan de alimentación personalizado de cuatro meses, supervisado por personal de Medicina del Deporte, Nutrición y Entrenador Deportivo.



REQUISITOS:

- Para ingresar al Programa es necesario realizar **una evaluación inicial del 29 de enero al 15 de febrero**, que incluye aspectos de índole médico, nutriólogo y bioquímico, la cual tendrá un costo de \$100.00 pesos.

- De resultar aceptado, **se deberá asistir de lunes a viernes** a realizar las actividades del Programa dentro de instalaciones Universitarias, de **8:00 a 9:30 horas** o de **10:00 a 11:30 horas**, programa que inicia el **1 de marzo** y finaliza el **29 de junio**.

- Al ser admitido en el Programa, **se deberá aportar una cuota mensual de \$650.00** (seiscientos cincuenta pesos, 00/100 M.N.) para **comunidad**

universitaria y **\$1,300.00** (mil trescientos pesos, 00/100 M.N) para **público en general**.

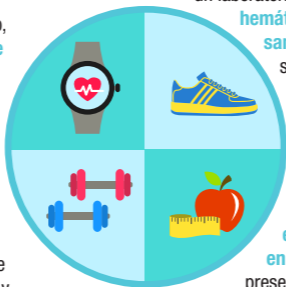
- Para la evaluación inicial se requiere que el interesado (a) se practique en un laboratorio una **biometría**

hemática, una **química sanguínea** con los

siguientes elementos: **glucosa, colesterol total, fracción HDL y LDL del colesterol, triglicéridos, ácido úrico, urea y creatinina**, y un **electrocardiograma en reposo**, y debe

presentarse en la **Dirección de Medicina del Deporte de**

la DGDU con los resultados a su cita previamente programada, a los teléfonos **5622-0540 o 5622-0543** ext. **40467** de **lunes a viernes** dentro del horario de **8:00 a 11:00 horas**.



#SOYDEPORTEUNAM