

GUÍA FIT6

(ANTES DE INICIAR EL PROGRAMA)

Nombre y apellidos: _____

Edad: _____

¿Cuál es su objetivo?? _____

Medicación que toma:

¿Por qué motivos toma esos medicamentos? _____

¿Que problemas de salud tiene?

Alergias e Intolerancias:

¿Tiene alguna restricción alimenticia impuesta por el médico? ¿Cual?

(Después de responder estas preguntas, vaya a la lista de abajo)

Quién no puede hacer nuestro programa?

El programa de pérdida de peso FIT6, tiene como base una alimentación sana y el uso de suplementos alimenticios con una base multimineral, multivitamínica y que asocia a esta base extractos de plantas con efecto conocido.

Sin embargo, hay situaciones clínicas que requieren la reducción o retirada de grupos de alimentos, esenciales para quienes hacen el programa. Hay también situaciones, en que ciertos extractos de plantas son desaconsejados. Por este motivo, no todos estamos en condiciones de seguir este programa.

Así, he elaborado una lista de las situaciones más comunes.

Este programa no es apto para:

- Niños hasta los 16 años
- Embarazadas y mujeres en periodo de lactancia
- Diabéticos tipo I o tipo II a tomar insulina
- Insuficientes cardíacos
- Insuficientes renales
- Individuos con patologías hepáticas graves (cirrosis, hepatitis ...)
- Individuos con enfermedades autoinmunes graves (lupus, psoriasis, esclerosis múltiple, artritis reumatoide, algunos tipos de anemia, VIH ...)

- Pacientes con algún tipo de enfermedad inflamatoria intestinal (Colitis ulcerosa, enfermedad de Crohn, SII)
-
- Gastritis crónica o aguda en fase activa; úlceras gástricas
- Individuos sujetos a control de INR hipocoagulados o que toma anticoagulantes orales
- Pacientes en tratamiento oncológico o si ha terminado desde hace menos de 2 años
- Intolerantes o alérgicos a cualquier componente de los complementos alimenticios implicados
- Personas con anemia
- Vegetarianos;
- Atletas o practicantes de deportes de competición / alta intensidad

En caso de duda consulte a su médico.

Para cualquier información adicional o aclaración de dudas, póngase en contacto con el departamento de nutrición:

apoionutricode@pt.fmworld.com