



Diario de alimentación



Fecha:

Si su proveedor de atención de la salud le indica que disminuya su índice de masa corporal (IMC), recuerde anotar el tamaño de las porciones y el valor nutricional de los alimentos que agregue en el registro.



Comida	Alimento/Bebida	Cantidad	Notas
Desayuno			
Merienda			
Almuerzo			
Merienda			
Cena			
Merienda			

Diario de alimentación



Fecha:

Recuerde también tomar nota de los alimentos o las bebidas que usted considera que pueden tener alguna relación con su problema de AFib (fibrilación auricular).



Comida	Alimento/Bebida	Cantidad	Notas
Desayuno			
Merienda			
Almuerzo			
Merienda			
Cena			
Merienda			



Janssen es el patrocinador de My AFib Experience de la American Heart Association y StopAfib.org.
© Janssen Pharmaceuticals, Inc. 2014

MyAFibExperience.org

StopAfib.org y la American Heart Association/
American Stroke Association se enorgullecen de
crear conciencia respecto a la fibrilación auricular.



StopAfib.org

life is why™