

APRENDA A VIVIR MEJOR!

Nuestro programa ofrece comprensión cardióloga supervisada completamente por el centro de manejo de peso.

Porque Este Programa?

A diferencia de otros programas que prometen soluciones rápidas sabemos que la gestión eficaz del peso ocurre gradualmente. Hacemos un seguimiento de su progreso y ofrecemos apoyo cuando tienes un retroceso. Le ayudamos a aprender cómo lograr y mantener un estilo de vida saludable.

Nuestro cardiólogo y nutricionista trabajan Ud. para evaluar sus necesidades y diseñar un plan individualmente de manejo de peso que promueve una alimentación saludable, un nivel de actividad saludable para un estilo de vida mejor.

CONSEJOS DE NUTRICION COMPRENSIVO

- La planificación de dieta & resolución a sus problema.
- Consejería de cambio de comportamiento.
- Evaluación de la tasa Metabólica.
- Asesoramiento individual & clases de grupo

Nuestra nutricionista está certificada por la asociación dietética Americana en el manejo del peso. Ella trabaja con usted uno a uno, y en las clases de grupo semanales para promover cambios duraderos en la dieta y su vida.

NUESTRO PERSONAL ESTA DEDICADO A SU SALUD

CONTROL DE PESO SEGURO PARA REDUCIR EL RIESGO CARDIOVASCULAR

Esperaría a contraer cáncer, diabetes o enfermedad del Corazón? Porque esperar hacer obeso.

Sobrepeso: un problema creciente

En los próximos 4 años, el 19% de las mujeres y el 30% de los hombres que en la actualidad tienen peso normal, se convierten en obesos.

Venga y cheque nuestro programa!

Nuestra ubicación de Brooklyn en Wyckoff Ave. cerca de St. Hart es un bloque de la parada de metro de Dekalb L y autobuses B13 & B38.

Nuestra ubicación de Queens en Metro. Av. & 79th St. está cerca de los autobuses Q54 y P38.

Para obtener más información sobre nuestros servicios o para hacer una cita, póngase en contacto con nosotros en:

**95 Wyckoff Ave.
Brooklyn, NY 11237
Tel #: (718) 821-6285**

**79-15 Metropolitan Ave.
Middle Village, NY 11379
Tel #: (718) 894-7900**

www.nyc-cardiology.com

PREGUNTAR ACERCA DE OTROS SERVICIOS

Integrado Cardiovascular y Centro de Control de Peso



**Asistido por el medico
Control de peso por:**

Sanjeev Palta, MD, FACC

Certificado en
Enfermedad cardiovascular,
Intervencionista & Cardiología Nuclear,
Echo cardiografía & Medicina Interna

Solai Buchanan, RD, MS

ADA Nutricionista Registrada
Certificada en control de peso para
adultos

**95 Wyckoff Ave.
Brooklyn, NY 11237
Tel #: (718) 821-6285**

**79-15 Metropolitan Ave.
Middle Village, NY 11379
Tel #: (718) 894-7900**

www.nyc-cardiology.com

**Medicare & la mayoría de seguros son
aceptables.**

Nosotros hablamos español.

Programa Integrado Cardiovascular y Control de Peso

NUESTRO EQUIPO CON EXPERIENCIA MEDICA DIRIGIDO POR EL CARDIOLOGO DR. SANJEEV PALTA ESTA AQUI PARA APOYARLO A USTED EN TODO MOMENTO!

Nuestro programa de control de peso incluye:

- Evaluación de riesgo de cardiopatía
- Pruebas de tipo metabólico
- Análisis de la composición corporal
- Prescripción de actividad física
- Sesión de ejercicios personalizadas con el cardiólogo
- Uno a uno asesoradas por nuestra nutricional registrado.
- Planes de alimentación individual, lista de compras y apoyo a las soluciones de problemas alimenticios.
- Diarios de alimentos (documento versión o en línea/mobile app.)
- Asesoramiento para la prevención de retroceso por el cardiólogo.
- Saludables comer & peso pérdida grupo reuniones de apoyo.
- Medicamentos recetados para bajar de peso cuando sea indicado.

CONTROL DEL PESO ES LA CLAVE PARA SU SALUD

NO ESPERE HASTA QUE ESTE SOBRE PESO O SEA OBESO PARA EMPEZAR A CONTROLAR SU PESO.

- 41% de los hombres y el 30% de las mujeres en la ciudad de Nueva York están sobre peso.
- 32% de los niños y adolescentes en la ciudad de Nueva York están sobre peso.
- 1 de cada 8 neoyorquinos tienen diabetes. El sobrepeso y la obesidad son la causa prevenible mas común de diabetes tipo 2.

APRENDA A PREVENIR LA OBESIDAD PARA PROTEGER SU SALUD Y LA SALUD DE SU FAMILIA.

A un siendo tan solo 10-15 kilos, el sobrepeso aumenta significativamente su riesgo de desarrollar derrame cerebral, ataque al corazón, diabetes, pre-diabetes, falta de sueño, hipertensión, artritis en los huesos y muchos tipos de cáncer.

Nuestro programa le ayuda a cambiar los elementos en su estilo de vida incluyendo; una dieta poco saludable, aumento de peso y la inactividad que contribuye al riesgo de enfermedades crónicas

Control de peso seguro para la reducción del riesgo cardiaco y de la salud a largo plazo.

- Bajar de peso a través de un plan de salud y bajo supervisión médica.
- Bajar sus niveles de glucosa en la sangre disminuye el colesterol y reduce la presión arterial.
- Disfrute de una vida plena y más saludable.

Cuando se trata de controlar el peso no hay ninguna píldora mágica.

Nosotros no hacemos promesas que no sean realistas, ni le pedimos llevar a cabo formula basada en una dieta extrema que puede ser perjudicial para su salud.

Sabemos que la gestión eficaz del peso es un trabajo duro. Estamos aquí para ayudarle y guiarle.

Ofrecemos más que un programa de pérdida de peso; le ayudaremos desarrollar patrones de conducta que le permitan a usted personalmente mantener un peso y estilo de vida saludable. Es una inversión en un futuro saludable.