## R: Ser Activo

		Receta de Ejercicio y Re	erencia		
NOMBRE:		F	DN:	FECHA:	
NOMBRE DEL PROVEEDOR MEDICO:			FIRMA:		
tividad física regu	ular mejora el esta	ado de salud y reduce el riesgo de muc	hos problemas de	salud.	
Niños Pequeños : Niños Preescolar: Jóvenes (edades (	Planear por lo m Planear por lo m 6-17): Por lo men	umpios y portadores; permitir la exploi nenos 30 minutos de actividad y 60 mi nenos 60 minutos de actividad y 60 m nos 60 minutos de actividad física (inclu rente de una pantalla de televisión a <b>n</b>	nutos de juego lib inutos de juego lil ıyen el hueso y la	re <b>todos los días</b> ore <b>todos los días</b> construcción del mú	
omendación de	Actividad Fís	ica	Referencia	a Actividad Físic	ca
ACTIVII	DADES	SU META DE ACTIVIDAD FISICA	Nombre:		
Ciclismo Bailar	<ul><li>□ Correr</li><li>□ Nadar</li></ul>	Minutos por día:	Teléfono:		
Grupo deportivo Artes Marciales	<ul><li>□ Caminar</li><li>□ Yoga</li></ul>	Días por semana:	Dirección:		
r a la Escuela Caminando	□ Otra:	Minutos por	Pagina We	b:	
		Semana:	Notas:		
omentarios/Re	estricciones: _	P <sub>X</sub> : Ser Ac		Chíld Health § Dí	sability Prevention (CHDP) P
		Px: Ser Ac Receta de Ejercicio y R	eferencia		
NOMBRE:		Px: Ser Ac Receta de Ejercicio y R	eferencia FDN:	Chíld Health § Dí FECHA:	
NOMBRE:	PROVEEDOR M	Receta de Ejercicio y R	eferencia FDN: FIRMA:	FECHA:	
NOMBRE: NOMBRE DEL actividad física reg Bebes: Limite el Niños Pequeños Niños Preescola Jóvenes (edades	PROVEEDOR M gular mejora el es tiempo en los co : Planear por lo r r: Planear por lo r : 6-17): Por lo me	Receta de Ejercicio y R	eferencia  FDN:  FIRMA:  chos problemas de acción de el área inutos de juego li ninutos de juego l'uyen el hueso y la	FECHA:  e salud.  de juego todos los d bre todos los días ibre todos los días a construcción del m	días
NOMBRE: NOMBRE DEL actividad física reg Bebes: Limite el Niños Pequeños Niños Preescola Jóvenes (edades Todos Niños: Lin	PROVEEDOR M gular mejora el es tiempo en los co : Planear por lo r r: Planear por lo r : 6-17): Por lo me nite el tiempo en	Receta de Ejercicio y R  BEDICO:  Itado de salud y reduce el riesgo de mu lumpios y portadores; permitir la explomenos 30 minutos de actividad y 60 menos 60 minutos de actividad y 60 menos 60 minutos de actividad física (incomos 60 minutos de actividad de televisión a final	FIRMA:  FIRMA:  chos problemas de direction de el área inutos de juego li diuyen el hueso y la momas de dos horas de dos h	FECHA:  e salud.  de juego todos los d bre todos los días ibre todos los días a construcción del m	días núsculo) <b>todos los día</b>
NOMBRE: NOMBRE DEL actividad física reg Bebes: Limite el Niños Pequeños Niños Preescola. Jóvenes (edades Todos Niños: Lin	PROVEEDOR M gular mejora el es tiempo en los co : Planear por lo r r: Planear por lo r : 6-17): Por lo me nite el tiempo en	Receta de Ejercicio y R  BEDICO:  Itado de salud y reduce el riesgo de mu lumpios y portadores; permitir la explomenos 30 minutos de actividad y 60 menos 60 minutos de actividad y 60 menos 60 minutos de actividad física (incomos 60 minutos de actividad de televisión a final	eferencia  FDN:  FIRMA:  chos problemas de direction de el área inutos de juego li ninutos de juego li duyen el hueso y la mo mas de dos homas de do	e salud. de juego todos los dobre todos los días a construcción del mas todos los días	días núsculo) todos los día
NOMBRE: NOMBRE DEL actividad física reg Bebes: Limite el Niños Pequeños Niños Preescola. Jóvenes (edades Todos Niños: Lin comendación d ACTIV	PROVEEDOR Magular mejora el estiempo en los comos el estiempo en los comos el estiempo en los estiempo en la es	Receta de Ejercicio y R  IEDICO:  tado de salud y reduce el riesgo de mu lumpios y portadores; permitir la exple menos 30 minutos de actividad y 60 m menos 60 minutos de actividad y 60 m enos 60 minutos de actividad física (inc frente de una pantalla de televisión a a  sica	eferencia  FDN:  FIRMA:  chos problemas de de area inutos de juego la luyen el hueso y la no mas de dos hor  Referencia  Nombre:  Teléfono:	e salud. de juego todos los dobre todos los días disconstrucción del mas todos los días días días días días días días día	días días dúsculo) todos los día dica
NOMBRE: NOMBRE DEL actividad física reg Bebes: Limite el Niños Pequeños Niños Preescola. Jóvenes (edades Todos Niños: Lin comendación d ACTIV	PROVEEDOR Magular mejora el estiempo en los comos el estiempo en los comos el estiempo en los estiempo en la es	Receta de Ejercicio y R  SEDICO:  tado de salud y reduce el riesgo de mu lumpios y portadores; permitir la explo menos 30 minutos de actividad y 60 m menos 60 minutos de actividad y 60 m enos 60 minutos de actividad física (inc frente de una pantalla de televisión a d  sica  SU META DE ACTIVIDAD FISICA  Minutos por día: Días por	eferencia  FDN:  FIRMA:  chos problemas de de area inutos de juego la luyen el hueso y la no mas de dos hor  Referencia  Nombre:  Teléfono:	e salud. de juego todos los dobre todos los días disconstrucción del mas todos los días días días días días días días día	días días dúsculo) todos los día dica
NOMBRE: NOMBRE DEL actividad física reg Bebes: Limite el Niños Pequeños Niños Preescola. Jóvenes (edades Todos Niños: Lin comendación d	PROVEEDOR M gular mejora el es tiempo en los co : Planear por lo r : Planear por lo me nite el tiempo en le Actividad Fí IDADES    Correr  Nadar  Caminar	Receta de Ejercicio y R  SEDICO:  Itado de salud y reduce el riesgo de mu lumpios y portadores; permitir la explo menos 30 minutos de actividad y 60 m menos 60 minutos de actividad y 60 m mos 60 minutos de actividad física (inc frente de una pantalla de televisión a a  sica  SU META DE ACTIVIDAD FISICA  Minutos por día:	eferencia  FDN:  FIRMA:  chos problemas de pración de el área inutos de juego li ininutos de juego la luyen el hueso y la mo mas de dos hor Referencia Nombre:  Teléfono:  Dirección	e salud. de juego todos los dissibre todos los días a construcción del mas todos los días a Actividad Físi	días núsculo) <b>todos los día</b>