



¿Sabías qué ...

La **Obesidad** es un **problema** de salud **grave** y **México** ocupa el **primer lugar** en Obesidad en el mundo.

¡Puedes prevenirla!

Mide tu Cintura



Si eres **Hombre** **mayor 90 cm** o
si eres **Mujer** **mayor 80 cm.**

¡Estas en riesgo!

No tienes que **comer menos**



Sólo tienes que **comer mejor**



¡Cómo no me voy a querer!

