



HOPE

Helping Our Patients Engage
In Weight Management



¿CUÁL ES LA RECETA SALUDABLE PARA BAJAR DE PESO CON ÉXITO Y MANTENERLO A LARGO PLAZO?

- 1 taza de objetivos realistas
- 1/2 taza de seguimiento de alimentos y actividades
- 2 tazas de tolerancia ante los errores
- 1 taza de gratificaciones por los éxitos
- Una pizca de consejos prácticos y apoyo emocional del equipo de estilo de vida saludable de HOPE

Mezcle todos los ingredientes y revuelva a fuego medio durante un año. ¡Porciones para usted y su familia!

HOPE implica consultas semanales o mensuales con un profesional que aplica un programa para bajar de peso que ha demostrado su eficacia. ¡Pida más información a un miembro de nuestro equipo!