

# El Diagrama de Controlar el Peso de Una Manera Saludable



Este diagrama demuestra unas de las cosas más importantes para controlar el peso de una manera saludable. ¿Cuáles son fáciles para usted? ¿Cuáles son difíciles? ¿Hay otras cosas importantes para usted en cuanto a controlar su peso que no están aquí? Puede ponerlas en los círculos vacíos.

