



CARTILLA DE CRECIMIENTO

NIÑAS
5 a 19 años



Cartilla de vigilancia del crecimiento de las niñas

Nombre: _____

Sexo: _____ Fecha de nacimiento: _____ Religión: _____

Nombre del tutor: _____ Número de contacto: _____

Alergia y/o intolerancias: _____

Antecedentes heredo-familiares: _____

Antecedentes de la niña: _____

Actividad física Sí () No () ¿Cuál? _____

Valoración dietética

Frecuencia de consumo

Frutas	___/7	Huevo	___/7	Tortilla	___/7	Refrescos	___/7
Verduras	___/7	Embutidos	___/7	Arroz	___/7	Jugos	___/7
Res	___/7	Leche	___/7	Pan dulce	___/7	Frituras	___/7
Puerco	___/7	Frijoles	___/7	Pan bolillo	___/7	Dulces	___/7
Pollo	___/7	Lentejas	___/7	Café	___/7	Atole	___/7
Pescado	___/7	Pasta	___/7	Té	___/7	Agua	___/7

Recordatorio de 24 hrs.

Desayuno

Hora

Comida

Hora

Colaciones

Hora

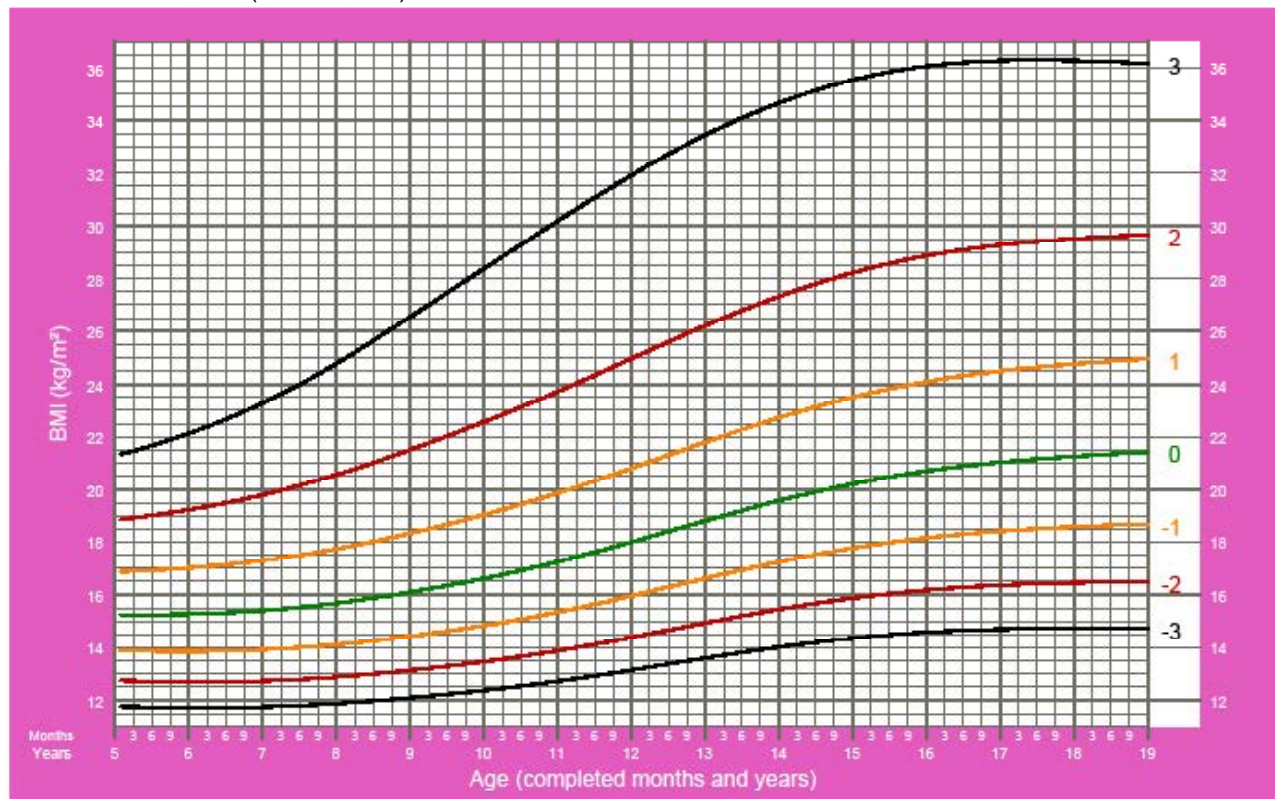
Cena

Hora

IMC para la edad de las niñas



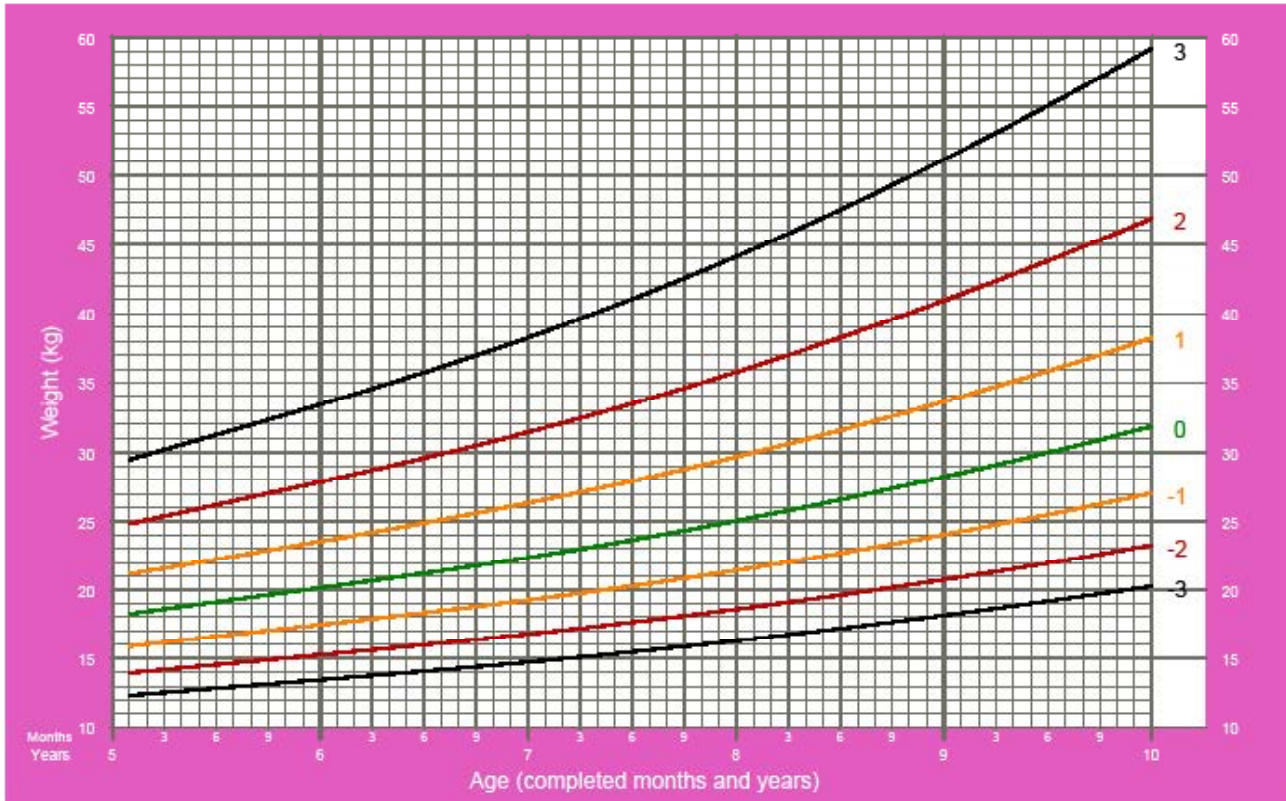
5 a 19 años (Puntuación Z)



Peso para la edad de las niñas



5 a 10 años (Puntuación Z)



Estatura para la edad de las niñas



5 a 19 años (Puntuación Z)



Talleres

Fecha

Nombre del taller

Firma

Fecha	Nombre del taller	Firma

Talleres

Fecha

Nombre del taller

Firma

Fecha	Nombre del taller	Firma

Talleres

Fecha

Nombre del taller

Firma

Fecha	Nombre del taller	Firma

NOTES

NOTES

NOTES

Realizado por:



gestionydesarrollo@creceamos.org.mx / Tel: 951 5138181 / 951 5121697 / www.creceamos.org.mx