



## PRESCRIÇÃO MÉDICA

Aplicações móveis para a SUA saúde ❤️

Paciente: \_\_\_\_\_

Prescreve-se:



Nome da app: MyFitnessPal

Disponível: Android e iOS

Download e utilização: gratuito nas funções essenciais

**Descrição sumária:** Esta aplicação móvel permite criar um plano calórico de acordo com os objetivos de peso a atingir e integrando a atividade física com a componente nutricional.

Objetivo terapêutico: \_\_\_\_\_

O seu médico,

Data: \_\_\_\_\_