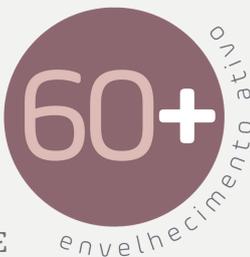


CONECTA



PLANNER DE CUIDADOS
DIÁRIOS DE SAÚDE

NOME:

IDADE:

PESO:

ALTURA:

ALIMENTAÇÃO

PREFERÊNCIAS:

RESTRIÇÕES:

ADEQUAÇÕES:

CONSUMO DE ÁGUA:

DADOS | PROBLEMAS DE SAÚDE:

ALERGIAS:

ATIVIDADES DIÁRIAS:

ATIVIDADES RECOMENDADAS:

ROTINA DIÁRIA

TAREFAS DA MANHÃ

TAREFAS DA TARDE

TAREFAS DA NOITE

CUIDADOS ESPECIAIS

CONECTA



PLANNER DE CUIDADOS
DIÁRIOS DE SAÚDE

LISTA DE MEDICAMENTOS | PLANO SEMANAL

MEDICAMENTO

DOSE

HORÁRIO

INDICAÇÃO

MÉDICO

FARMACÊUTICO

ORIENTAÇÕES

DOM

SEG

TER

QUA

QUI

SEX

SAB

CHECKLIST DE AFERIÇÕES | SEMANAL

PRESSÃO ARTERIAL

GLICEMIA EM JEJUM

GLICEMIA APÓS 2 HORAS DA REFEIÇÃO

DOM

SEG

TER

QUA

QUI

SEX

SAB

RELATOS

LISTA DE MELHORAS

LISTA DE QUEIXAS

QUALIDADE DO SONO

O QUE DESEJA MELHORAR

OUTRAS OBSERVAÇÕES

ADESIVOS PARA FACILITAR A LEMBRANÇA DE ATIVIDADES DIÁRIAS

RECOMENDÇÃO: IMPRIMIR COM PAPEL ADESIVO

