

COSA PORTARE AL PRIMO APPUNTAMENTO

- ✓ ESITO DEGLI ESAMI DEL SANGUE PIU' RECENTI
- ✓ ESITO DI VISITE SPECIALISTICHE (SE EFFETTUATE DI RECENTE)
- ✓ RICORDARSI DI BERE ALMENO 1L DI ACQUA NELLE 24H PRIMA DELLA VISITA (per migliorare l'efficienza dell'analisi con il bioimpedenziometro).

- ✓ COMPILARE IL DIARIO ALIMENTARE DELLE ULTIME 24H:

Colazione SI NO ORE: _____

Cosa ha mangiato? _____

Spuntino SI NO ORE: _____

Cosa ha mangiato? _____

Pranzo SI NO ORE: _____

Cosa ha mangiato? _____

Merenda SI NO ORE: _____

Cosa ha mangiato? _____

Cena SI NO ORE: _____

Cosa ha mangiato? _____

ALIMENTI NO:

PRESENZA DI ALLERGIE ALIMENTARI? NO SI, QUALI? _____

SOFFRE DI QUALCHE DISTURBO?

PRENDE REGOLARMENTE FARMACI? NO SI, QUALI?

HA GIA' SEGUITO DIETE IN PRECEDENZA? SI NO

SONO STATE EFFICACI?
