



Preparando-se para a consulta com o profissional de saúde

É importante tirar o máximo proveito de sua consulta com o profissional de saúde. Uma das maneiras de fazer isso é ter uma breve descrição do que aconteceu desde a sua última consulta. Para ajudar nisso, basta preencher este questionário antes da próxima consulta.

Antes de ir até o profissional de saúde, registre por escrito exatamente o que acha que não está bem.

Inclua também o seguinte:

Novos sintomas desde a última consulta:

O que melhorou desde a última consulta:

Perguntas que você gostaria de fazer

Preparando-se para a consulta com o profissional de saúde (cont.)

Use este questionário para descrever o efeito que sua dor muscular tem sobre sua capacidade funcional.

Escolha a coluna que mais bem descreve seu nível de capacidade de acordo com o impacto médio de cada item.

		Melhor	Igual	Não sei	Pior
M e d i c a m e n t o s	Com receita _____ _____ _____				
	Sem receita _____ _____ _____				
	Vitaminas _____ _____ _____				
	Suplementos herbais _____ _____ _____				
A l i v i o	Calor				
	Gelo				
	Massagem				
	Exercícios de alongamento				
	Outros				
M u d a n ç a s	Humor				
	Apetite				
	Sono				
	Resistência				
	Concentração				