Fecha: _____ **Lun Mar Mié Jue Vie Sáb Dom**

Hora	Comida	Ingesta de líquidos	Medicamentos	Síntomas físicos	Antojos	Emociones	La producción de O = Orina H = Heces

Fuente: Judith Crim-Ehlers, RD, CEDC, 2002; Rev. Mary Arnold Long, DNP, APRN, CRRN, CWOCN-AP, ACNS-BC, 2019