



On Welcome

Centro Integrado de Saúde,
Reabilitação e Performance Corporal

Nome: Daromem S. M. Sousa Idade: 49 anos
 Email: Silviahb@iglobo.com Cidade: São Paulo - SP
 Bairro: Monte Kemel Cel.: 98583-0904
 Data Nasc.: 14/11/69

Sobre você:

- 1) Qualidade do sono: Boa () Regular () Pésima Quantas horas/noite 6 a 8
- 2) Ingestão de água (copos/dia): 10 copos
- 3) Alimentação: Boa () Regular () Pésima
- 4) Alimentos de preferência: legumes e frutas
- 5) Prática Atividade Física? Sim () Não Que tipo: Yoga Frequência: 2x
- 6) Tabagismo: () Sim Não Quantidade/dia: _____
- 7) Ingerir bebida alcoólica: () Sim Não Frequência: _____

Histórico clínico:

- Tratamento médico atual: Sim () Não
- Medicamentos em uso: topamax e xolof +
- Antecedentes alérgicos: Sim () Não Quais: trinta de cabala
ormonal, fúria de mar, poeira
etc.



Seus objetivos e metas:

Fale um pouco para nós e nos ajude a montar seu plano personalizado:

tenha a ganhar a abdominal
tenha a ganhar a cintura
afine a cintura

• Portador de marcapasso:

() Sim (X) Não

• Alterações cardíacas:

() Sim (X) Não Quais: _____

• Antecedentes oncológicos:

() Sim (X) Não Qual: _____

• Diabetes:

() Sim (X) Não Tipo: _____

• Algum tipo de doença:

() Sim (X) Não Qual: _____

• Possui algum problema ortopédico diagnosticado?:

() Sim (X) Não Qual: _____

• Tem alguma restrição ou recomendação médica para prática de exercícios?

() Sim (X) Não Qual: _____

• Teste de esforço, ergométrico ou ergoespirométrico recentemente (menos de 1 ano)?

(X) Sim () Não