## ANAMNESIS ALIMENTARIA Y REGISTRO DE ACTIVIDAD FISICA NOMBRE Y APELLIDO:

COMIDAS DEL DIA	ALIMENTOS	HORARIOS	LUGAR DE REALIZACION
DESAYUNO			
aleta y qu	eso con pbt de hamburg	uesas	
ALMUERZO			
Bebida:			
Cantidad de			
platos: 1 / 2 /			
más.			
Pan: si / no			
Postre:			
MERIENDA			
CENA			
Bebida:			
Cantidad de			
platos: 1 / 2 /			
más.			
Pan: si / no			
Postre:			
COLACIONES/			
PICOTEO (si es			
que hay)			

DESAYUNO  ALMUERZO Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre:  MERIENDA  CENA Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre: COLACIONES/				
DESAYUNO  ALMUERZO Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre:  MERIENDA  CENA Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre: COLACIONES/	COMIDAS DEL	ALIMENTOS	HORARIOS	LUGAR DE
ALMUERZO Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre:  MERIENDA  CENA Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre: COLACIONES/	DIA			REALIZACION
Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre:  MERIENDA  CENA Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre:  COLACIONES/	DESAYUNO			
Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre:  MERIENDA  CENA Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre:  COLACIONES/				
Bebida: Cantidad de platos: 1/2/ más. Pan: si / no Postre:  MERIENDA  CENA Bebida: Cantidad de platos: 1/2/ más. Pan: si / no Postre: COLACIONES/				
Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre:  MERIENDA  CENA Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre:  COLACIONES/				
Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre:  MERIENDA  CENA Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre:  COLACIONES/	ALMUERZO			
platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre:  MERIENDA  CENA Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre:  COLACIONES/	Bebida:			
más. Pan: si / no Postre:  MERIENDA  CENA Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre:  COLACIONES/	Cantidad de			
Pan: si / no Postre:  MERIENDA  CENA Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre:  COLACIONES/	platos: 1 / 2 /			
Postre:  MERIENDA  CENA  Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre:  COLACIONES/	más.			
MERIENDA  CENA Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre: COLACIONES/	Pan: si / no			
CENA Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre: COLACIONES/	Postre:			
Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre: COLACIONES/	MERIENDA			
Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre: COLACIONES/				
Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre: COLACIONES/				
Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre: COLACIONES/	CENA			
platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre: COLACIONES/	Bebida:			
más. Pan: si / no Postre: COLACIONES/	Cantidad de			
Pan: si / no Postre: COLACIONES/	platos: 1 / 2 /			
Postre: COLACIONES/	más.			
COLACIONES/	Pan: si / no			
	Postre:			
	COLACIONES/			
PICOTEO (si es	PICOTEO (si es			
que hay)	que hay)			

COMIDAS DEL DIA	ALIMENTOS	HORARIOS	LUGAR DE REALIZACION
DESAYUNO			
ALMUERZO			
Bebida:			
Cantidad de			
platos: 1 / 2 /			
más.			
Pan: si / no			
Postre:			
MERIENDA			
CENA			
Bebida:			
Cantidad de			
platos: 1 / 2 /			
más.			
Pan: si / no			
Postre:			
COLACIONES/			
PICOTEO (si es			
que hay)			

DESAYUNO  ALMUERZO Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre:  MERIENDA  CENA Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre: COLACIONES/				
DESAYUNO  ALMUERZO Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre:  MERIENDA  CENA Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre: COLACIONES/	COMIDAS DEL	ALIMENTOS	HORARIOS	LUGAR DE
ALMUERZO Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre:  MERIENDA  CENA Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre: COLACIONES/	DIA			REALIZACION
Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre:  MERIENDA  CENA Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre:  COLACIONES/	DESAYUNO			
Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre:  MERIENDA  CENA Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre:  COLACIONES/				
Bebida: Cantidad de platos: 1/2/ más. Pan: si / no Postre:  MERIENDA  CENA Bebida: Cantidad de platos: 1/2/ más. Pan: si / no Postre: COLACIONES/				
Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre:  MERIENDA  CENA Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre:  COLACIONES/				
Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre:  MERIENDA  CENA Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre:  COLACIONES/	ALMUERZO			
platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre:  MERIENDA  CENA Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre:  COLACIONES/	Bebida:			
más. Pan: si / no Postre:  MERIENDA  CENA Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre:  COLACIONES/	Cantidad de			
Pan: si / no Postre:  MERIENDA  CENA Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre:  COLACIONES/	platos: 1 / 2 /			
Postre:  MERIENDA  CENA  Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre:  COLACIONES/	más.			
MERIENDA  CENA Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre: COLACIONES/	Pan: si / no			
CENA Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre: COLACIONES/	Postre:			
Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre: COLACIONES/	MERIENDA			
Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre: COLACIONES/				
Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre: COLACIONES/				
Bebida: Cantidad de platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre: COLACIONES/	CENA			
platos: 1 / 2 / más. Pan: si / no Postre: COLACIONES/	Bebida:			
más. Pan: si / no Postre: COLACIONES/	Cantidad de			
Pan: si / no Postre: COLACIONES/	platos: 1 / 2 /			
Postre: COLACIONES/	más.			
COLACIONES/	Pan: si / no			
	Postre:			
	COLACIONES/			
PICOTEO (si es	PICOTEO (si es			
que hay)	que hay)			

COMIDAS DEL	ALIMENTOS	HORARIOS	LUGAR DE
DIA			REALIZACION
DESAYUNO			
AL MUEDZO			
ALMUERZO Babida			
Bebida:			
Cantidad de			
platos: 1 / 2 /			
más.			
Pan: si / no			
Postre:			
MERIENDA			
CENA			
Bebida:			
Cantidad de			
platos: 1 / 2 /			
más.			
Pan: si / no			
Postre:			
COLACIONES/			
PICOTEO (si es			
que hay)			

COMIDAS DEL	ALIMENTOS	HORARIOS	LUGAR DE
DIA			REALIZACION
DESAYUNO			
AL MUEDZO			
ALMUERZO Babida			
Bebida:			
Cantidad de			
platos: 1 / 2 /			
más.			
Pan: si / no			
Postre:			
MERIENDA			
CENA			
Bebida:			
Cantidad de			
platos: 1 / 2 /			
más.			
Pan: si / no			
Postre:			
COLACIONES/			
PICOTEO (si es			
que hay)			

COMIDAS DEL	ALIMENTOS	HORARIOS	LUGAR DE
DIA			REALIZACION
DESAYUNO			
AL MUEDZO			
ALMUERZO			
Bebida:			
Cantidad de			
platos: 1 / 2 /			
más.			
Pan: si / no			
Postre:			
MERIENDA			
CENA			
Bebida:			
Cantidad de			
platos: 1 / 2 /			
más.			
Pan: si / no			
Postre:			
COLACIONES/			
PICOTEO (si es			
que hay)			

FECHA	ACTIVIDAD DIARIA (pasos)	ESPECIFICO	DURACIÓN	INTENSIDAD	INACTIVIDAD (horas)
				Leve / moderada	
				/ intensa	
				Leve / moderada	
				/ intensa	
				Leve / moderada	
				/ intensa	
				Leve / moderada	
				/ intensa	
				Leve / moderada	
				/ intensa	
				Leve / moderada	
				/ intensa	
				Leve / moderada / intensa	