

# Revisión semanal

*Mira tus registros de la semana con calma, casi como si fueran de otra persona.*

Semana del ..... al .....

**Marca los días** × *si costó más* · ○ *si fue más llevadero* · vacío *si no lo sabes*

| L                     | M                     | M                     | J                     | V                     | S                     | D                     |
|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

**¿Qué tenían de distinto?**

.....

.....

**Un momento del día que se repitió como difícil**

.....

**Uno que se repitió como mejor**

.....

**¿Qué apareció más de una vez esta semana?**

.....

.....

**Un síntoma de cerca** *opcional, escoge solo uno*

Síntoma .....

¿Cómo se comportó? .....

**¿Hay algo que quiera pasar a Mis sospechas?** ☐ Sí ☐ Todavía no

*Si esta semana no apareció nada claro, también es información.*