

I MIEI SINTOMI:

Cerchia il numero in base all'intensità

Piccole scosse
simili a contrazioni

1 2 3 4 5

Occhiaie

1 2 3 4 5



IL MIO UMORE È:



Normale



Felice



Emozionata



Nervosa



Triste



Sbalzi d'umore

I MIEI ESAMI

Ultima visita ginecologica

Risultati

Data





Il diario della Gravidanza

SETTIMANA

38

DIARIO ALIMENTARE

	COLAZIONE	PRANZO	MERENDA	CENA
LUN				
MAR				
MER				
GIO				
VEN				
SAB				
DOM				

IL MIO PESO DI QUESTA SETTIMANA È:

**COSE DA
RICORDARE**

- _____
- _____
- _____