



Diario del Dolor Estomacal



Nombre: _____ Fecha registro: _____

Generalmente me duele más el estómago cuando como: _____

		Lun	Mar	Mier	Juev	Vier	Sa	Dom	Lun	Mar	Mier	Juev	Vier	Sa	Dom	Lun	Mar	Mier	Juev	Vier	Sa	Dom	
Comida	Frutas:																						
	Papaya																						
	Naranja																						
	Sandía																						
	Vegetales:																						
	Brócoli																						
	Coliflor																						
	Leguminosas																						
	Picante																						
	Leche																						
	Queso, yogurth																						
Carne Roja																							
Otros																							
Bebidas y cigarro	Alcohol																						
	Cigarro																						
	Café																						
Circunstancias	Falta de sueño																						
	Emociones fuertes																						
	Enojo																						
	Presión de tiempo																						
	Visita al doctor																						
Otros																							
Síntomas	Dolor																						
	Flatulencias																						
	Diarrea																						
	Estreñimiento																						
	Otros																						