

Nada aqui é obrigatório — mas quanto mais você trazer, mais objetiva a consulta consegue ser.

Data da consulta: Horário: Unidade: ☐ Fortaleza (Meireles) ☐ Eusébio ☐ Teleconsulta

O que vestir e levar

- ☐ Roupa que permita examinar até o joelho.
- ☐ O calçado que você mais usa no dia a dia e o tênis de treino.
- ☐ Palmilhas em uso, se houver.

Perguntas para anotar

- ☐ Qual é o meu diagnóstico?
- ☐ O que eu devo fazer primeiro?
- ☐ O que eu devo evitar?
- ☐ Quando devo reavaliar?
- ☐ Quando devo procurar atendimento antes do retorno marcado?

- ☐ Quando ela começou.
- ☐ O que piora e o que melhora.
- ☐ Como ela limita o seu dia a dia.
- ☐ Medicamentos em uso e alergias.
- ☐ Doenças de base, como diabetes, por exemplo.
- ☐ Esporte ou atividade física e o volume de treino.

Use este espaço para registrar as respostas às suas perguntas e as orientações recebidas na consulta.