

Auto vigilância da Diabetes	
Dia	Notas
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	
16	
17	
18	
19	
20	
21	
22	
23	
24	
25	
26	
27	
28	
29	
30	
31	

Horário da USF Arões

Segunda a Sexta

08h00 às 20h00

Sábados

09h00 às 13h00

Para um melhor atendimento

Marque antecipadamente o seu contacto preferencialmente por telefone

Visite o nosso site:

www.usf-aro.es.com

Faça sugestões de melhoria

Todos agradeceremos

Lto. Da Tapada, nº 21 Arões de S. Romão. 4820-758 FAFE

Email: usfaro.es@csfape.min-saude.pt

Tel: 253 490 110 Fax: 253 490 111

USFAPAN019 V2



GUIA DE AUTO-CONTROLO DIABETES



MAIO 2017

Autocontrolo e Vigilância da Diabetes

Autocontrolo e Vigilância da Diabetes

Mês:			Ano:			Mês:			Ano:		
Dia	Jejum	Antes do almoço	2 horas após o almoço	Antes do jantar	2 horas após o jantar	Dia	Jejum	Antes do almoço	2 horas após o almoço	Antes do jantar	2 horas após o jantar
1						1					
2						2					
3						3					
4						4					
5						5					
6						6					
7						7					
8						8					
9						9					
10						10					
11						11					
12						12					
13						13					
14						14					
15						15					
16						16					
17						17					
18						18					
19						19					
20						20					
21						21					
22						22					
23						23					
24						24					
25						25					
26						26					
27						27					
28						28					
29						29					
30						30					
31						31					