

Assinale os itens que indiquem como se sente neste momento:

		Sim	Não
1	Ombros levantados		
2	Dor ou tensão nas costas		
3	Aperto na mandíbula		
4	Tensão ou dor na nuca		
5	Hiperacidez estomacal (Azia)		
6	Irritabilidade excessiva		
7	Boca seca		
8	Taquicardia ou coração batendo rápido demais		
9	Suor excessivo		
1 0	Mãos ou pés frios sem ser devido ao clima		
1 1	Respiração ofegante		
1 2	Desorganização, não sabendo onde colocou as coisas ou batendo contra paredes ou móveis		