

Categoría	Síntomas	Nunca	Ocasionalmente	Frecuente	Muy frecuente	Todos los días
		1	2	3	4	5
Cabeza	Dolor					
	Mareos					
	Desmayos					
	Total					
Ojos	Llorosos					
	Picazón					
	Hinchazón					
	Ojeras o bolsas en párpado inferior					
	Total					
Oídos	Oídos					
	Dolor					
	Secreción					
	Zumbido					
	Pérdida de audición					
	Total					
Nariz	Congestión					
	Sinusitis					
	Alergia					
	Estornudos frecuentes					
	Excesiva mucosidad					
	Total					
Boca/Garganta	Tos crónica					
	Dolor de garganta					
	Hinchazón/decoloración de la lengua/encías/labios					
	Aftas					
	Total					
Piel y Cabello	Acné					
	Urticarias/erupciones cutáneas/sequedad					
	Caída del cabello					
	Total					
Tracto Digestivo	Estreñimiento					
	Diarrea					
	Hinchazón					
	Gases					
	Acidez					
	Dolor					
	Total					

Articulaciones y músculos	Dolor articular					
	Inflamación					
	Rigidez					
	Dolor muscular					
	Debilidad					
	Total					
Peso	Atracones de comida o bebida					
	Antojos					
	Sobrepeso					
	Bajo peso					
	Retención de líquido					
	Total					
Mente	Mala memoria					
	Confusión / Baja comprensión					
	Dificultad para tomar decisiones					
	Total					
Emociones	Cambios de humor					
	Ansiedad, miedo					
	Enojo, irritabilidad					
	Depresión					
	Total					
Energía	Fatiga					
	Apatía					
	Hiperactividad					
	Fluctuaciones de energía durante el día					
	Disautonomía					
	Deseo sexual					
	Total					
Sueño	Insomnio					
	Somnolencia					
	7-9 horas de sueño					
	Sueño interrumpido					
	Total					