DIARIO DI CONTROLLO ATTIVITA', DIETA e PESO by gattiandcats.it

DATA	PESO	VARIAZIONI	QUANTITA'	TIPO/CALORIE	ATTIVITA'

Questa tabella prevede un diario di circa 3 settimane.

ISTUZIONI PER L'USO

DATA - Inizialmente le rilevazioni saranno giornaliere, poi gli intervalli potranno essere più lunghi.
PESO - Determinare il peso sempre con la stessa bilancia. Vanno bene le comuni bilance pesapersone su cui si salirà col proprio gatto in braccio per poi sottrarre il nostro peso con una pesata successiva.
VARIAZIONI - con una semplice sottrazione del peso della valutazione precedente si potrà dedurre l'efficacia della nostra dieta. Tale parametro sarà più evidente quando gli intervalli saranno settimanali.
QUANTITA' - Ogni offerta di cibo dovrà essere pesata al fine di avere una dieta costante ed efficace.
TIPO/CALORIE - Qui potranno essere annotati dati importanti come la marca/tipo di cibo somministrato, la quota calorica della dieta (ipocalorica o meno), eventuali extra o altre informazioni utili.
ATTIVITA' - Al fine di adeguare la dieta ad ogni soggetto sarà importante valutarne l'attività fisica:
M - moderata N - normale A - attivo