

Diário de Sono e Alimentação

Sonolência e apetite são os efeitos mais relatados com CBD

cbdespectrotea.lovable.app

A sonolência e a redução do apetite estão entre os efeitos adversos mais frequentes descritos na literatura sobre canabidiol. Anote todos os dias para que o médico ou farmacêutico possa identificar padrões antes da próxima consulta.

Identificação

Nome: _____ Idade: _____ Mês/Ano: _____

Medicamentos em uso e doses: _____ Responsável pelo registro: _____

Data	Hora de dormir	Hora de acordar	Despertares	Sonolência diurna 0-5	Apetite 0-5	Refeições/peso

Sinais de alerta — marque e avise a equipe de saúde

- ☐ Sonolência que impede escola ou trabalho
- ☐ Perda de peso ou recusa alimentar persistente
- ☐ Vômitos, dor abdominal ou pele/olhos amarelados
- ☐ Tremores, confusão ou fala arrastada
- ☐ Batimentos cardíacos irregulares ou desmaios
- ☐ Piora importante da irritabilidade ou agressividade