

Neste diário miccional, você deve anotar a quantidade de líquidos que bebeu, o horário, bem como anotar as idas ao banheiro, o horário e quantidade de urina de cada micção.

Você pode anotar o volume urinário em mL (mililitros) com o uso de um pote plástico com a graduação em mL. Também deve anotar (S) sim ou N (não) se teve um desejo forte para urinar e se teve ou não incontinência urinária (perdas)

NOME: _____

DIA: ___/___/_____

Acordei às ___:___ horas

Deitei às ___:___ horas

Hora	BEBI Nome bebida + quantidade (mL)	URINA quantidade (em mL)	Teve sensação forte para urinar?	Perdeu urina?
EXEMPLO	Xícara de café – 120ml	350 ml	() sim (X) não	(X) sim () não
6:00			() sim () não	() sim () não
7:00			() sim () não	() sim () não
8:00			() sim () não	() sim () não
9:00			() sim () não	() sim () não
10:00			() sim () não	() sim () não
11:00			() sim () não	() sim () não
12:00			() sim () não	() sim () não
13:00			() sim () não	() sim () não
14:00			() sim () não	() sim () não
15:00			() sim () não	() sim () não
16:00			() sim () não	() sim () não
17:00			() sim () não	() sim () não
18:00			() sim () não	() sim () não
19:00			() sim () não	() sim () não
20:00			() sim () não	() sim () não
21:00			() sim () não	() sim () não
22:00			() sim () não	() sim () não
23:00			() sim () não	() sim () não
24:00			() sim () não	() sim () não
1:00			() sim () não	() sim () não
2:00			() sim () não	() sim () não
3:00			() sim () não	() sim () não
4:00			() sim () não	() sim () não
5:00			() sim () não	() sim () não