



Código da doação

A. Comportamentos Alimentares

1. Em média, quantos copos de leite bebe por dia?

- | | | | | | |
|----|------------------|--------------------------|----|-----------------------|--------------------------|
| 00 | Número de copos | <input type="text"/> | 02 | Não sabe | <input type="checkbox"/> |
| 01 | Menos de um copo | <input type="checkbox"/> | 03 | Prefere não responder | <input type="checkbox"/> |

2. Que tipo de leite consome (normalmente)?

- | | | | | | |
|----|------------|--------------------------|----|---------------------------------|--------------------------|
| 00 | Gordo | <input type="checkbox"/> | 04 | Leite enriquecidos | <input type="checkbox"/> |
| 01 | Meio-Gordo | <input type="checkbox"/> | 05 | Nunca / raramente consome leite | <input type="checkbox"/> |
| 02 | Magro | <input type="checkbox"/> | 06 | Não sabe | <input type="checkbox"/> |
| 03 | Soja | <input type="checkbox"/> | 07 | Prefere não responder | <input type="checkbox"/> |

3. Com que frequência consome produtos lácteos (por exemplo queijo e iogurtes)?

- | | | | | | |
|----|--------------------------------|--------------------------|----|-------------------------------|--------------------------|
| 00 | Nunca | <input type="checkbox"/> | 04 | Cinco a seis vezes por semana | <input type="checkbox"/> |
| 01 | Menos de uma vez por semana | <input type="checkbox"/> | 05 | Uma ou mais vezes por dia | <input type="checkbox"/> |
| 02 | Uma vez por semana | <input type="checkbox"/> | 06 | Não sabe | <input type="checkbox"/> |
| 03 | Duas a quatro vezes por semana | <input type="checkbox"/> | 07 | Prefere não responder | <input type="checkbox"/> |

4. Com que frequência consome os seguintes alimentos?

| | | | | |
|--------------------|-----------|-----------|-------|----------|
| Muito Frequente | Frequente | Raramente | Nunca | Não Sabe |
|--------------------|-----------|-----------|-------|----------|

1. Alimentos ricos em Oxalato

1.1. Legumes e hortícolas

- | | | | | | |
|---------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1.1.1. Beterraba | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.1.2. Favas | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.1.3. Feijão branco | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.1.4. Feijão vermelho | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.1.5. Quiabo | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.1.6. Azeitonas | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.1.7. Ruibarbo | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.1.8. Espinafres | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.1.9. Molho de tomate | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.1.10. Nabo (em puré) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.1.11. Inhamo | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.1.12. Cenoura | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.1.13. Batatas | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.1.13.1. Batatas fritas | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.1.13.2. Batatas cozidas | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.1.13.3. Puré de batata | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.1.13.4. Batata-doce | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

| Muito Frequente | Frequente | Raramente | Nunca | Não Sabe |
|-----------------|-----------|-----------|-------|----------|
|-----------------|-----------|-----------|-------|----------|

1.3. Pão, cereais (e derivados) e arroz

| | | | | | |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1.3.1. Rabanada | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.3.2. Panquecas | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.3.3. Queijadas (muffin) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.3.4. Arroz integral | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.3.5. Farinha de arroz | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.3.6. Milho (grão) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.3.7. Farinha de milho | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.3.8. Farinha de soja | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.3.9. Farinha de trigo integral | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.3.10. Esparguete | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.4. Carne peixe e alternativas | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.4.1. Tofu | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.4.2. Hambúrguer vegetariano | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.4.3. Hambúrguer de soja | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.5. Oleaginosas e Sementes | | | | | |
| 1.5.1. Amêndoas | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.5.2. Bombons com oleaginosas (<i>snickers</i>) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.5.3. Cajus | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.5.4. Amendoins | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.5.5. Pistáchios | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.5.6. Mistura de Oleaginosas | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.5.7. Nozes | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.6. Bolos, Bombons, Bolachas e Sobremesas | | | | | |
| 1.6.1. Brownies | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.6.2. Bolo caseiro ou industrial | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.6.3. Calda de chocolate | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.6.4. Bolachas com pepitas de chocolate | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.6.5. Bombons de chocolate com leite | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.6.6. Aperitivos tortilha (milho) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.6.7. Pipocas | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.6.8. Salgadinhos | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.7. Bebidas | | | | | |
| 1.7.1. Sumo de Cenoura | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.7.2. Chocolate Quente | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.7.3. Bebida de Arroz | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.7.4. Chá | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.7.5. Sumo de Tomate | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.7.6. Sumo de Ameixa | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.7.7. Leite Achocolatado | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

| Muito Frequente | Frequente | Raramente | Nunca | Não Sabe |
|--------------------|-----------|-----------|-------|----------|
|--------------------|-----------|-----------|-------|----------|

1.8. Cereais (adicionar o tipo de cereal consumido)

| | | | | | | |
|--------|----------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1.8.1. | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.8.2. | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.8.3. | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.8.4. | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.8.5. | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.8.6. | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.8.7. | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

1.9. Outros

| | | | | | |
|-----------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1.9.1. Manteiga de Amendoim | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.9.2. Cacau em pó | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.9.3. Levedura de Cerveja | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

2. Alimentos ricos em purinas (Ácido Úrico)

| | | | | | |
|---------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 2.1. Marisco | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2.2. Enlatados (anchovas e sardinhas) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2.3. Carnes vermelhas | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2.3. Fígado | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

3. Alimentos ricos em fosfato

| | | | | | |
|---------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 3.1. Leite | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3.2. Queijo | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3.3. Peixe | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3.3. Enchidos | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

4. Alimentos ricos em vitamina C (Percursor de Oxalatos)

| | | | | | |
|---------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 4.1. Citrinos | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4.2. Morangos | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4.3. Tomate | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4.3. Melão | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

5. Alimentos ricos em vitamina D (Fixadora de Cálcio)

| | | | | | |
|---------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 5.1. Gema de Ovo | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5.2. Sardinhas enlatadas | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5.3. Manteiga e Margarina | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

6. Alimentos ricos em fitato (Inibe a cristalização urinária e aumenta o pH da urina)

| | | | | | |
|---------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 6.1. Gérmen de Trigo ou Milho | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6.2. Flocos de Aveia, Centeio | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6.3. Leguminosas (Feijão, Tofu) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

5. Realiza dieta vegetariana?

| | | | |
|-------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 00 Sim | <input type="checkbox"/> | 02 Não | <input type="checkbox"/> |
| 01 Às vezes | <input type="checkbox"/> | 03 Prefere não responder | <input type="checkbox"/> |

B. Informação de Saúde**1. Quantas vezes urina por dia?**

- 00 Mias de seis vezes 03 Não sabe
- 01 Três a quatro vezes 04 Prefere não responder
- 02 Uma a duas vezes

2. Como classifica a sua urina?

- 00 Turva 02 Não sabe
- 01 Clara límpida 03 Prefere não responder

3. Com que frequência sofre de infeções urinárias?

- 00 ≥ 6/ano 03 Nunca
- 01 1-6/ano 04 Prefere não responder
- 02 ≤ 1/ano

4. Já detetou alguma vez sangue na urina (hematúria)?

- 00 Sim, uma vez 02 Não
- 01 Sim, duas ou mais vezes 03 Prefere não responder

5. Que idade tinha e que tipo de exame foi submetido/a quando lhe foi diagnosticado a Litíase Urinária?

anos Exame

6. Se já sentiu cólicas renais, de que lado as sentiu (normalmente)?

- 00 Bilateral 03 Não sabe
- 01 Direito 04 Prefere não responder
- 02 Esquerdo

7. Se sofre de Litíase Urinária, com que frequência costuma ter episódios sintomáticos?

- 00 Muito frequente 03 Nunca
- 01 Frequente 04 Prefere não responder
- 02 Pouco frequente

8. Já foi submetido/a a algum tipo de intervenção para extrair pedras dos rins?

- 00 Sim, uma vez 03 Não sabe
- 01 Sim, duas ou mais vezes 04 Prefere não responder
- 02 Mais de três vezes

9. Está ou já esteve sob tratamento com diuréticos?

- 00 Sim 02 Prefere não responder
- 01 Não

Se Sim:

- 01 Acetazolamida 02 Tiazídico

10. Com que frequência toma antibióticos?

- 00 Muito frequente 03 Nunca
- 01 Frequente 04 Prefere não responder
- 02 Pouco frequente

11. Com que frequência costuma tomar analgésicos?

- 00 Muito frequente 03 Nunca
01 Frequente 04 Prefere não responder
02 Pouco frequente

12. Resultados de exames (para utentes acompanhados de exames médicos).

| Condição | Sim | Não | Observações |
|-----------------------------------|--------------------------|--------------------------|----------------------|
| Acidose tubular renal | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="text"/> |
| Ectasia tubular renal | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="text"/> |
| Obstrução pélvica-uretral | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="text"/> |
| Divertículos no aparelho excretor | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="text"/> |
| Refluxo vesico-uretral | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="text"/> |
| Sarcoidose | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="text"/> |
| Outro/s | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="text"/> |
| Qual: <input type="text"/> | | | <input type="text"/> |
| <input type="text"/> | | | <input type="text"/> |

Resultados do Laboratório de Patologia Clínica a enviar ao SEEBMO

1. 1 Tubo de Gel

 / / Creatinina Ureia Cálcio Sódio Potássio Cloro Magnésio PTH Ácido úrico Fosfatase alcalina Fósforo

2. Urina das 24 horas

 / / Creatinina Ureia Cálcio Sódio Magnésio Sulfato Citrato Fósforo Ácido Úrico Fosfatase alcalina Oxalato pH Volume

3. Urina Fresca

Urocultura

Análise da composição do cálculo (quando possível)

Oxalato % Fosfato de Cálcio % Ambos %Estruvite % Ácido úrico % Cistina %Outros (Xantina, fármacos) %