

0 1 2 3

DOPAMINA

- ¿Se siente menos motivado (a)?
- ¿Tiene menos interés en sus ocupaciones?
- ¿Tiene tendencia a replegarse en sí mismo(a)?
- ¿Se siente menos atraído(a) por sus aficiones?
- ¿Busca menos los contactos con sus amigos(as)?
- ¿Tiene problemas de concentración?
- ¿Se siente menos creativo(a)?
- ¿Tiene dificultades para realizar nuevos proyectos?
- ¿Su sueño es agitado, no es reparador, no es satisfactorio?
- ¿Se siente fatigado(a)?

0	1	2	3
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

TOTAL =

NORADRENALINA

- ¿Se siente deprimido(a)?
- ¿Sufre moralmente?
- ¿Tiene la impresión de funcionar al ralenti?
- ¿Siente menos deseo?
- ¿Tiene dificultades para encontrar placer?
- ¿Siente una disminución de su apetito sexual?
- ¿Tiene problemas de memoria?
- ¿Tiene dificultades para aprender?
- ¿Se siente poco querido(a)?
- ¿Se encuentra fatigado(a) anímicamente?

0	1	2	3
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

TOTAL =

SEROTONINA

- ¿Se siente irritable?
- ¿Se siente impaciente?
- ¿Tiene dificultades para enfrentarse a los problemas?
- ¿Se siente agresivo(a)?
- ¿Se siente incomprendido(a)?
- ¿Se ve atraído(a) por el azúcar al final del día?
- ¿Se nota dependiente de actividades repetitivas? (tabaco, alcohol, picoteo, deporte intensivo)
- ¿Tiene dificultades para conciliar el sueño?
- ¿Se siente vulnerable al estrés?
- ¿Siente que su humor es cambiante?

0	1	2	3
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

TOTAL =

TOTAL D. N. S. =

ESCALA D.N.S : ¿Cómo estoy en cuanto a mis neurotransmisores?

La puntuación D, la puntuación N y la puntuación S son puntuaciones de probabilidad de hipofuncionamiento en cada uno de los 3 ejes:
D: dopamina,
N: noradrenalina,
S: serotonina.

La corrección nutricional de la puntuación S es siempre prioritaria.
Interpretación de la puntuación S:
entre 10 y 14 puntuación media
entre 15 y 19 puntuación alta
entre 20 y 30 puntuación muy alta

INFORMACIONES ADICIONALES

Nombre :

Apellido :

Telf. : Email :

Fecha de nacimiento :

Altura :

Peso :

Profesión :

Número de horas de actividades físicas por semana :

D.N.S 5-2011

IEDM

Estudie su puntuación...D.N.S.

Responda a las preguntas del cuestionario utilizando la siguiente evaluación:

0 = síntoma ausente

1 = síntoma moderado

2 = síntoma molesto

3 = síntoma muy molesto

Remita su D.N.S a su Micronutricionista

Escala D.N.S. :

¿Cómo estoy en cuanto a mis neurotransmisores?

