

Data ..... Giorno .....

Ora	Cibi e bevande consumate	Luogo	*	Commenti
Passi giornalieri		Numero		
Esercizio fisico formale		Tipo	Minuti	

Tratta da *Terapia cognitivo comportamentale del disturbo da binge-eating associato all'obesità (CBT-BO)* di Riccardo Dalle Grave, Massimiliano Sartirana e Simona Calugi. Copyright © 2020 Positive Press. L'autorizzazione a fotocopiare questo materiale è concessa agli acquirenti di questo libro per uso personale o per uso con pazienti (vedere la pagina sul copyright per i dettagli). È possibile scaricare e stampare versioni ingrandite del materiale sul sito [www.positivepress.net/prodotto/manuale-cbt-bo](http://www.positivepress.net/prodotto/manuale-cbt-bo).