



REGISTRO DE CONTEO DE PATADAS FETALES

¿Por qué rastrear las patadas del bebé?

El seguimiento de las "patadas" o el movimiento fetal es un método de detección confiable para monitorear la salud fetal. Al rastrear los movimientos del bebé, puede comenzar a reconocer patrones y notar cambios como la disminución o el aumento del movimiento fetal.

Cuándo hacer un seguimiento de las patadas del bebé

Debes comenzar a rastrear constantemente los movimientos de tu bebé a las 28 semanas durante el resto de tu embarazo, a menos que tu proveedor te indique lo contrario.

Cómo hacer un seguimiento de las patadas del bebé

1. Siéntate o acuéstate en una posición cómoda
2. Anota la primera vez que tu bebé se mueva
3. Cuente cada vez que su bebé se mueva hasta que llegue a 10
4. Anota el momento en que sientes el 10º movimiento
5. Anota el número de minutos entre el 1º movimiento y el 10º
6. Repita estos pasos aproximadamente a la misma hora todos los días

Debes sentir al menos 10 movimientos en 1 hora. Si no siente 10 movimientos en una hora, espere unas horas y vuelva a intentarlo.

Cuándo ponerse en contacto con su proveedor

Debe llamar a su Centro de Atención si:

- No siente que su bebé se mueva después de dos intentos de seguir las patadas
- Hay un aumento o disminución notable en el patrón de movimiento de su bebé
- La fuerza de los movimientos de su bebé se debilita

Pistas de patadas digitalmente

Puedes rastrear los movimientos de tu bebé digitalmente con la aplicación Wildflower Health. Como nuestro paciente, recibirá un correo electrónico o mensaje de texto con instrucciones para descargar la aplicación y un código de registro personal de paciente. Si no ha recibido un correo electrónico, comuníquese con su Centro de atención para obtener ayuda.

Alternativamente, puede usar Healow Mom, Count the Kicks u otra aplicación de monitoreo preferida.

| Semana de embarazo | | | | | | | |
|--------------------------|-----|-----|------|-----|-----|-----|-----|
| Día y fecha | Sun | Mon | Tues | Wed | Thu | Fri | Sat |
| Hora de inicio | | | | | | | |
| Detener el tiempo | | | | | | | |
| Minutos a 10 movimientos | | | | | | | |



| Semana de embarazo | | | | | | | |
|--------------------------|-----|-----|------|-----|-----|-----|-----|
| Día y fecha | Sun | Mon | Tues | Wed | Thu | Fri | Sat |
| Hora de inicio | | | | | | | |
| Detener el tiempo | | | | | | | |
| Minutos a 10 movimientos | | | | | | | |

| Semana de embarazo | | | | | | | |
|--------------------------|-----|-----|------|-----|-----|-----|-----|
| Día y fecha | Sun | Mon | Tues | Wed | Thu | Fri | Sat |
| Hora de inicio | | | | | | | |
| Detener el tiempo | | | | | | | |
| Minutos a 10 movimientos | | | | | | | |

| Semana de embarazo | | | | | | | |
|--------------------------|-----|-----|------|-----|-----|-----|-----|
| Día y fecha | Sun | Mon | Tues | Wed | Thu | Fri | Sat |
| Hora de inicio | | | | | | | |
| Detener el tiempo | | | | | | | |
| Minutos a 10 movimientos | | | | | | | |

| Semana de embarazo | | | | | | | |
|--------------------------|-----|-----|------|-----|-----|-----|-----|
| Día y fecha | Sun | Mon | Tues | Wed | Thu | Fri | Sat |
| Hora de inicio | | | | | | | |
| Detener el tiempo | | | | | | | |
| Minutos a 10 movimientos | | | | | | | |

| Semana de embarazo | | | | | | | |
|--------------------------|-----|-----|------|-----|-----|-----|-----|
| Día y fecha | Sun | Mon | Tues | Wed | Thu | Fri | Sat |
| Hora de inicio | | | | | | | |
| Detener el tiempo | | | | | | | |
| Minutos a 10 movimientos | | | | | | | |

| Semana de embarazo | | | | | | | |
|--------------------------|-----|-----|------|-----|-----|-----|-----|
| Día y fecha | Sun | Mon | Tues | Wed | Thu | Fri | Sat |
| Hora de inicio | | | | | | | |
| Detener el tiempo | | | | | | | |
| Minutos a 10 movimientos | | | | | | | |