

CONTEO DE LAS PATADITAS FETALES INSTRUCCIONES PARA LAS MADRES

Los estudios indican que las mujeres embarazadas sienten el 75 a 90 por ciento de todos los movimientos de sus bebés. Este movimiento puede ser reconfortante. Los movimientos fetales se pueden sentir como giros, volteos, estrechamientos, punzadas, pataditas o sobresaltos (no se deben contar los hipos).

Su bebé tiene su propio patrón de movimiento. Seleccione dos horas al día todos los días cuando pueda descansar cómodamente, coloque las manos en el abdomen, preste atención a los movimientos de su bebé y cuente. Aunque el contar puede que sólo dure unos minutos, escriba la hora en que comience a contar y la hora en que termine de contar ocho movimientos. Si el bebé no se ha movido cuatro veces en la primera hora, coma algo crujiente (manzanas, zanahorias, etc.) para despertar al bebé. (NOTA: las madres que fuman no deben fumar dos horas antes de empezar a contar).

Señal de alarma en cuanto al movimiento

Hable con su enfermera partera, médico o enfermera en la clínica o consultorio. Si no puede comunicarse con ellos, llame al triaje obstétrico (OB Triage) en el University of New Mexico Hospital al (272-2460) SI:

1. Siente menos de ocho movimientos en dos horas o
2. Nota que el patrón de movimiento ha cambiado del patrón habitual. Algunos bebés se tranquilizan un poco antes de que comience el proceso de parto, pero incluso se mueven ocho veces en dos horas.

TRAIGA SU HOJA DE INFORMACIÓN A CADA VISITA PRENATAL

FECHA	HORA DE COMIENZO	HORA EN QUE SINTIÓ LOS 8 MOVIMIENTOS	COMENTARIOS

