

Recuento de movimientos fetales

¿Qué es el recuento de movimientos fetales?

El recuento de movimientos fetales, en ocasiones llamado recuento de patadas, implica el recuento de la cantidad de veces que usted siente que el bebé se mueve en el útero en una determinada cantidad de tiempo.

¿Por qué debo realizar el recuento?

Contar los movimientos del bebé puede ayudarlos a usted y a su médico o partera, a controlar la salud del bebé. Un bebé sano y en desarrollo se moverá con frecuencia. Es posible que usted no observe esto cuando esté ocupada, pero debería sentir los movimientos de su bebé en otros momentos. El recuento de los movimientos fetales, según lo descrito en este folleto, puede ayudarle a saber cuándo es normal la actividad de su bebé. También puede ayudarle a saber cuándo debe llamar a su médico o partera para un seguimiento.

¿Cuándo debo empezar a contar?

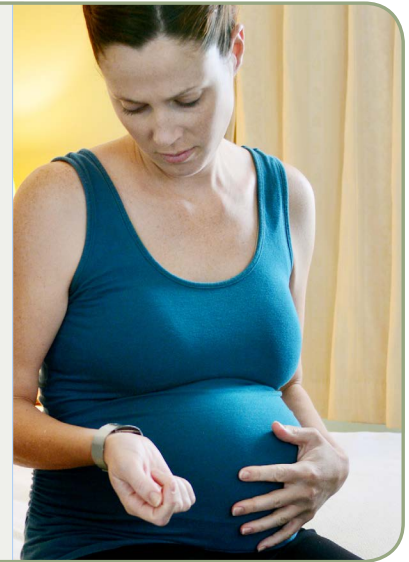
Muchos médicos y parteras recomiendan que las mujeres comiencen a contar los movimientos fetales durante la semana 28 de su embarazo. A las mujeres con embarazos de alto riesgo o complicaciones del embarazo se les sugiere encarecidamente realizar el recuento.

¿Cómo debo realizar el recuento?

Hay diferentes métodos para contar los movimientos fetales. Su médico o partera pueden preferir un método especial para usted, asegúrese de preguntar. Un método común sigue los siguientes pasos:

- 1 Elija una hora conveniente para realizar el recuento, en algún momento en que el bebé esté habitualmente activo.** Muchas mujeres encuentran que sus bebés están más activos después de una comida, después de una actividad física liviana, y por la noche. Trate de contar aproximadamente a la misma hora todos los días. Esto la ayudará a tener una mejor idea de los patrones habituales de actividad de su bebé.

Contar los movimientos del bebé puede ayudarlos a usted y a su médico, o partera, a evaluar la salud del bebé.



- 2 Diariamente, a la hora elegida, recuéstese de costado o siéntese en una silla cómoda.** Tenga un bolígrafo y papel a la mano. Usted puede utilizar el reverso de esta hoja para comenzar su registro diario.
- 3 Escriba la hora en que sienta el primer movimiento de su bebé y haga una marca por cada movimiento que sienta posteriormente.** Cunte cada giro, vuelta, palpitación, chasquido, patada y codo que sienta. (No es necesario que cuente el hipo). Continúe contando hasta que haya marcado 10 movimientos. Registre la hora del décimo movimiento. He aquí un ejemplo:

Fecha de hoy: 4/27/2017

Hora de inicio: 7:36 p.m.



Hora de finalización: 8:02 p.m.

- 4 Si usted no siente 10 movimientos en el lapso de 2 horas, OBTenga ATENCIÓN MÉDICA DE INMEDIATO.** Si su médico o partera le han indicado un método de recuento u objetivo diferente, siga sus instrucciones. Consulte la página posterior de este folleto para obtener más notas.

¿Qué más debo saber sobre el recuento de movimientos fetales?

- Aunque la **cantidad deseada** de movimientos a menudo es un mínimo de 10 movimientos en un lapso de 2 horas, su médico o partera pueden establecer una cantidad deseada diferente para su bebé.
- Es posible que solo le tome unos minutos contar 10 movimientos (o su cantidad deseada específica). Esto es normal. Puede dejar de contar cuando alcance su cantidad deseada.
- Un bebé que duerme puede moverse menos. Si su bebé parece dormir o tener un día lento, intente caminar durante 5 minutos.
- A medida que continúe con el recuento diario, es posible que observe ciertos patrones en los niveles de actividad de su bebé. Preste atención a ellos. **Un cambio en la actividad normal de su bebé puede alertarle sobre un posible problema.**
- Continúe contando y registrando los movimientos fetales diariamente, hasta el nacimiento del bebé.



¿Cuándo debo llamar a mi médico?

OBTENGA ATENCIÓN MÉDICA DE INMEDIATO (acuda al departamento de trabajo de parto y del hospital, o llame a su médico o partera según lo indicado) si usted:

- No cuente la cantidad deseada de movimientos (generalmente, alrededor de 10 movimientos en el lapso de 2 horas o menos).
- Usted cree que el bebé se está moviendo menos de lo habitual, por ejemplo, el bebé está activo solamente la mitad del tiempo habitual.
- Siente que algo no está bien.

Mi registro de recuentos de movimientos fetales

Mi médico/partera recomienda este objetivo:

_____ movimientos en _____ hora(s).

Acudiré al departamento de trabajo de parto y del hospital o llamaré a mi médico/partera de inmediato al _____ si no se alcanza este recuento deseado.

Fecha de hoy: _____	Fecha de hoy: _____
Hora de inicio: _____	Hora de inicio: _____
Hora de finalización: _____	Hora de finalización: _____

Fecha de hoy: _____	Fecha de hoy: _____
Hora de inicio: _____	Hora de inicio: _____
Hora de finalización: _____	Hora de finalización: _____

Fecha de hoy: _____	Fecha de hoy: _____
Hora de inicio: _____	Hora de inicio: _____
Hora de finalización: _____	Hora de finalización: _____

Fecha de hoy: _____	Fecha de hoy: _____
Fecha de inicio: _____	Hora de inicio: _____
Hora de finalización: _____	Hora de finalización: _____

Fecha de hoy: _____	Fecha de hoy: _____
Hora de inicio: _____	Hora de inicio: _____
Hora de finalización: _____	Hora de finalización: _____

Fecha de hoy: _____	Fecha de hoy: _____
Hora de inicio: _____	Hora de inicio: _____
Hora de finalización: _____	Hora de finalización: _____

Fecha de hoy: _____	Fecha de hoy: _____
Hora de inicio: _____	Hora de inicio: _____
Hora de finalización: _____	Hora de finalización: _____

Fetal Movement Counting

Intermountain Healthcare cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Se proveen servicios de interpretación gratis. Hable con un empleado para solicitarlo.

© 2011–2017 Intermountain Healthcare. Todos los derechos reservados. El contenido del presente folleto tiene solamente fines informativos. No sustituye los consejos profesionales de un médico; tampoco debe utilizarse para diagnosticar o tratar un problema de salud o enfermedad. Si tiene cualquier duda o inquietud, no dude en consultar a su proveedor de cuidados de la salud. Hay más información disponible en intermountainhealthcare.org. Patient and Provider Publications F5257S-12/17 (Last reviewed - 04/17) (Spanish translation 12/17 by inWhatLanguage)