



UNIVERSITY OF ARKANSAS
FOR MEDICAL SCIENCES

Movimientos Fetales

Una manera para que su doctor pueda verificar la salud de su bebé es sabiendo cuántas veces el bebé se mueve o “patea” en su vientre.

Las instrucciones:

1. Cuento los movimientos de su bebé durante una hora dos veces al día (una hora en la mañana y una hora en la tarde). Comience a contar más o menos a la misma hora cada día.
2. Es preferible acostarse del lado izquierdo mientras cuenta los movimientos. Usted puede encontrar útil colocar una almohada o una sabana o toalla arrollada bajo su cadera derecha.
3. Esté segura de contar todos los movimientos, y no solamente las patadas. Algunos movimientos serán más fuertes que otros.
4. Su bebé debería moverse 6-10 veces en una hora o 12-20 veces en dos horas.
5. Si usted nota una disminución en los movimientos de su bebé, llame a su proveedor de cuidados médicos (*al médico o enfermera*). Después de las 5:00 de la tarde o en los fines de semana, llame a la sala de maternidad (siglas en inglés **Labor and Delivery**) al número (501) 614-2500. Si usted no tiene teléfono, vaya a la sala de maternidad (siglas en inglés **Labor and Delivery**) localizada en el quinto piso del hospital. (Si usted está en el hospital, informe a su enfermera de la disminución de movimientos de su bebé.)

Dos veces al día use el esquema de abajo para mantener un registro de los movimientos de su bebé.

Fecha (Date)																			
Hora de comienzo (Start Time)																			
Hora de terminar (End Time)																			
Marcas de movimiento (Movement Marks)																			
Total																			

This information has been reviewed and recommended for use by the UAMS/CPED/Patient Education Advisory Committee.



UNIVERSITY OF ARKANSAS
FOR MEDICAL SCIENCES

Kick Count

One way for your doctor to keep track of your baby’s health is by knowing how often the baby moves or “kicks” in your womb.

Directions:

1. Count your baby’s movements for one hour twice a day (one hour in the morning and one hour in the afternoon). Begin counting at about the same time each day.
2. It is best to lie on your left side while counting movements. You may find it helpful to place a pillow or rolled up sheet or towel under your right hip.
3. Be sure to count all movements, not just kicks. Some movement will be felt more strongly than others.
4. Your baby should move 6-10 times in one hour or 12-20 in two hours.
5. If you notice a decrease in your baby’s movements, call your health care provider. After 5:00 p.m. or on the weekends, call the labor and delivery unit at (501) 614-2500. If you do not have a phone, go to Labor and Delivery on the 5th floor of the hospital. (If you are already in the hospital, tell your nurse of a decrease in your baby’s movements.)

Twice a day use the chart below to keep a record of your baby’s kicks:

Date																
Start Time																
End Time																
Movement Marks																
Total																

This information has been reviewed and recommended for use by the UAMS/CPED/Patient Education Advisory Committee.

UNIVERSITY OF ARKANSAS FOR MEDICAL SCIENCES
4301 West Markham Street - Little Rock, Arkansas 72205

Revised 3/08
Reviewed 7/14