

## Recuento de patadas

Es normal que le preocupe la salud de su bebé. Para saber si el bebé está bien, una de las cosas que puede hacer es anotar los movimientos del bebé una vez al día. Esto es lo que se llama recuento de patadas. Recuerde llevar sus anotaciones con el recuento de patadas del bebé a todas sus citas con su proveedor de atención médica.

### Cómo contar las patadas de su bebé

Aquí tiene algunos consejos para contar las patadas de su bebé:

- Escoja una hora cuando el bebé esté activo, como por ejemplo después de una comida.
- Siéntese cómodamente o acuéstese de lado.
- La primera vez que el bebé se mueva, anote la hora.
- Cuente cada movimiento hasta que el bebé se haya movido diez veces. (Esto puede llevar entre veinte minutos y dos horas).
- Trate de hacer esto a la misma hora todos los días.

### Cuándo llamar a su proveedor de atención médica

Llame a su proveedor de atención médica de inmediato en cualquiera de los siguientes casos:

- Si el bebé se mueve menos de diez veces en dos horas mientras usted está llevando la cuenta de las pataditas.
- Si el bebé se mueve con mucha menos frecuencia que en días anteriores.
- Si usted no ha sentido movimientos del bebé en todo el día.



© 2000-2017 The StayWell Company, LLC. 800 Township Line Road, Yardley, PA 19067.

Todos los derechos reservados. Esta información no pretende sustituir la atención médica profesional. Sólo su médico puede diagnosticar y tratar un problema de salud.