



CONOZCA LAS SEÑALES DE ADVERTENCIA CUENTE LAS PATADAS

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE LLEVAR UN CONTROL DE LOS MOVIMIENTOS DE MI BEBÉ?

Contar las patadas de su bebé (¡y los golpes y las vueltas!) es importante porque un cambio en el movimiento en el tercer trimestre es a menudo el primer signo de sufrimiento del bebé. Cuando las mamás saben lo que es normal para su bebé, están más atentas a posibles señales de alerta. Con frecuencia escuchamos a madres cuyos bebés se salvaron porque ellas notaron un cambio en el patrón de movimiento de su bebé y alertaron a su proveedor de atención médica.

MAMÁ DEBE CONTAR LAS PATADAS. ¡ES IMPORTANTE Y FÁCIL!

Cómo hacerlo: A partir del tercer trimestre, comience a contar.



Lleve un registro de los movimientos de su bebé con la aplicación GRATUITA *Count the Kicks* (Cuenta las patadas) o descargue una tabla de *Count the Kicks* para imprimir (enlace al final de la página).



Cuente los movimientos de su bebé todos los días, preferiblemente a la misma hora.



Calcule cuánto tiempo le toma a su bebé llegar a los 10 movimientos.



Después de unos días, comenzará a identificar un tiempo promedio que se tarda en llegar a 10.



Llame a su proveedor de inmediato si nota un cambio en la fuerza de los movimientos o cuánto tiempo le toma a su bebé llegar a los 10 movimientos.



También llame a su proveedor si nota un aumento de movimiento repentino y descontrolado.

¡CONFÍE EN SUS INSTINTOS!

No dude en comunicarse con su proveedor o ir al hospital si nota un cambio en lo que es normal para su bebé. Su proveedor querrá saber de usted si tiene alguna inquietud durante el embarazo.



Para más información, visite
www.countthekicks.org



¡Descargue su aplicación *Count the Kicks* GRATUITA!
Disponible en la App Store o en Google Play