

**THE DELAWARE CENTER FOR MATERNAL AND
FETAL MEDICINE**

INFORMACIÓN PARA EL PACIENTE

CONTEO DE MOVIMIENTO FETAL

El conteo de movimiento fetal es la cantidad de veces que usted siente que su bebé se mueve durante un período determinado. Contar los movimientos de su bebé es una de las maneras de determinar si su evolución es satisfactoria. Es importante contar los movimientos de su bebé por lo menos una vez al día. Si su proveedor de atención prenatal le pidió que lleve a cabo conteos de movimientos fetales, siga las siguientes directivas:

1. Debido a que los bebés generalmente están activos después de una comida, comience el conteo después de una comida.
2. Siéntese o acuéstese en una posición cómoda con las manos sobre el abdomen. Es muy importante que dedique su tiempo al bebé. Trate de evitar interrupciones (como televisión, teléfono, conversaciones, etc.) y no fume durante por lo menos una hora antes de contar los movimientos de su bebé.
3. Cuente la cantidad de veces que siente que su bebé se mueve. Ha terminado cuando haya sentido diez movimientos, siempre y cuando tenga lugar en dos horas o menos.
4. Si siente menos de diez movimientos en dos horas o si algún día siente que el bebé se mueve menos de lo que lo hace normalmente, llame a su médico.