

molestias/ particularidades		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40					
hora de medición																																														
temperatura corporal basal	dolor de ovulación																																													
	dolor de <u>m</u> amas																																													
		37,5																																												
		37,4																																												
		37,3																																												
		37,2																																												
	abreviación de mucosidad		37,1																																											
			37,0																																											
		36,9																																												
		36,8																																												
		36,7																																												
		36,6																																												
		36,5																																												
		36,4																																												
		36,3																																												
		36,2																																												
		36,1																																												
		36,0																																												
	día del ciclo		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40				
	fecha:																																													
	menstruación																																													
	mucosidad	sentir																																												
aspecto																																														
cuello uterino	posición y apertura																																													
	firmeza																																													
relación sexual																																														
días fértiles																																														

sensiPLAN

sensiPLAN

no. del ciclo

Forma de medición

rectal
vaginal
oral

Primera medición más alta en este ciclo

menos 8

Primera mayor medida en este ciclo

Busca un embarazo este ciclo?

sí
no
indeciso