

Tabla de temperatura basal y flujo vaginal

Nombre: _____

Fechas: ____/____/____ a ____/____/____

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	41	42	43	44	45					
Día de la semana																																																		
Fecha																																																		
Hora																																																		
37.27																																																		
37.22																																																		
37.16																																																		
37.11																																																		
37.05																																																		
37.00																																																		
36.94																																																		
36.88																																																		
36.83																																																		
36.77																																																		
36.72																																																		
36.66																																																		
36.61																																																		
36.55																																																		
36.50																																																		
36.44																																																		
36.38																																																		
36.33																																																		
36.27																																																		
36.22																																																		
36.16																																																		
36.11																																																		
36.05																																																		
FV *																																																		
Relación sexual																																																		
Textura del mucus cervical																																																		

*FV = flujo vaginal, P=periodo, S=seco, F=flujo, CH=consistencia de clara de huevo

Notas: (Lista cualquier cambio en tu rutina)