

Días cubiertos: _____ Número de ciclo: _____

Número de día	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																																															
Día de la semana																																															
Hora																																															
Temperatura basal (°C)	37.4																																														
	37.3																																														
	37.2																																														
	37.1																																														
	37.0																																														
	36.9																																														
	36.8																																														
	36.7																																														
	36.6																																														
	36.5																																														
	36.4																																														
	36.3																																														
	36.2																																														
	36.1																																														
	36.0																																														
	35.9																																														
	35.8																																														
35.7																																															
35.6																																															
35.5																																															
Tipo de flujo																																															
Sexo																																															

Tipos de flujo: P=periodo; S=seco; P=pegajoso C= consistencia como clara de huevo

Ten en cuenta que tu temperatura basal puede verse afectada si tuviste fiebre, consumiste alcohol, tomaste analgésicos o te quedaste mucho tiempo acostada el fin de semana. [Lee más sobre el aspecto del flujo vaginal](#)