GRAFICA DEL CONOCIMIENTO DE LA FERTILIDAD

Hora Usual del Día _____

Mes _____ Año _____ Número del Ciclo _____ Variación del Ciclo _____

Temperatura Basal del Cuerpo

99.0

98.0

97.0

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																																									
Día																																								
Relaciones Sexuales																																								
Moco																																								
Cuello del Útero																																								
Notas:																																								
Descripción del Moco																																								
Sensación																																								
Desordenes, Cambios en el Horario, etc.																																								

SÍMBOLOS PARA EL MOCO

✳ Menstruación

D Día Seco No Moco (y sensaciones vaginales secas)

M Moco de Calidad No Húmeda (y sensaciones vaginales secas)

Ⓜ Moco de Calidad Húmeda (y sensaciones vaginales húmedas)

Ⓜ Último Día de Moco de Calidad Húmeda (y sensaciones vaginales húmedas)

SÍMBOLOS PARA EL CUELLO DEL ÚTERO