



Mobilograma

Avaliação da
vitalidade fetal



Unimed 
Cascavel



O mobilograma é uma avaliação recomendada a partir da 34ª semana de gravidez para observar os movimentos do bebê e saber se ele está bem. Você deverá seguir alguns passos para a realização:

Antes de iniciar, coma algo, de preferência adocicado (fruta, suco de laranja, pedaço de chocolate, etc).

Em seguida, **deite-se do lado esquerdo** ou sente-se com as mãos sobre a barriga. Na tabela ao lado, marque cada vez que o bebê se mexer, no período de uma hora. Lembre que todo movimento vale, mesmo os mais sutis. **A avaliação poderá ser finalizada se o bebê apresentar pelo menos seis movimentos em menos de uma hora.**

Essa avaliação deverá ser realizada pela **manhã, à tarde e à noite**, no período de uma hora.

Se o bebê apresenta **menos de seis movimentos** no período de uma hora, alimente-se novamente, converse com seu bebê e aguarde um pouco para iniciar uma nova avaliação. **Caso persista, procure atendimento obstétrico** de referência para uma avaliação mais detalhada.



Unimed 
Casavel

PROGRAMA
Cegonha

ANS - nº 370070



@unimedcasavel

Espaço Viver Bem: Av. Brasil, 8607 – Centro

Fone/WhatsApp: **(45) 3039.9100**