



# Tabla de temperatura basal del cuerpo



womenshealth.gov

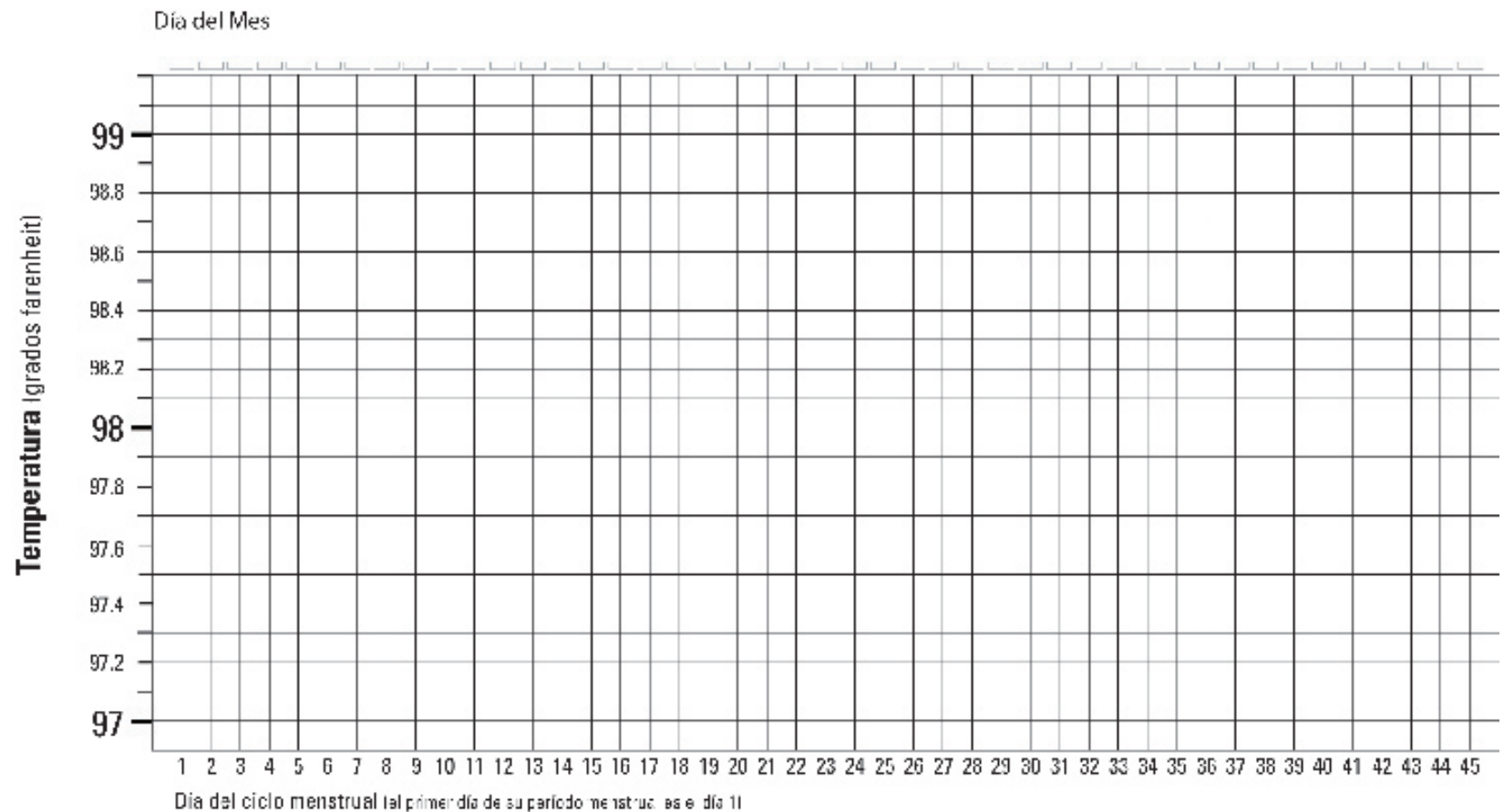
1-800-994-9662

TDD: 1-888-220-5446

Marque su BBT con un punto en el gráfico por cada día de su ciclo mensual. Conecte los puntos con una línea de un día al otro para poder ver un patrón. El patrón puede variar de un ciclo menstrual a otro, pero con el tiempo comenzará a ver cuándo es que tiende a ovular.

Luego de la ovulación, notará un pico en su temperatura que oscila entre 0.5 y 1.6 grados. Usted es más fértil entre 2 y 3 días antes de ovular y por unas 12 a 24 horas después de la ovulación.

Mes: \_\_\_\_\_



Contenido revisado el 1 de noviembre de 2008.

WOMENSHEALTH.GOV

El Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU., La Oficina para la Salud de las Mujeres