

Ana Exemplo · dados fictícios

Cônjuge: João Exemplo · Médica: Dra. Exemplo · Instrutora: Instrutora Exemplo

28 dias

Duração do ciclo

REGISTOS DO CICLO

Dias 1 a 28

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
01/08	02/08	03/08	04/08	05/08	06/08	07/08	08/08	09/08	10/08	11/08	12/08	13/08	14/08	15/08	16/08	17/08	18/08	19/08	20/08	21/08	22/08	23/08	24/08	25/08	26/08	27/08	28/08
																											
M	M	M	M	O AD	O AD	O AD		O AD	O AD	O AD	10KLAD	10KLAD	10KLAD	10KLAD	O AD	O AD	O AD	O AD	O AD	O AD	O AD	O AD	O AD	O AD	O AD	O AD	
36,25 °C	36,25 °C	36,25 °C	36,25 °C	36,25 °C	36,25 °C	36,25 °C	36,25 °C	36,25 °C	36,25 °C	36,25 °C	36,25 °C	36,25 °C	36,25 °C	36,25 °C	36,65 °C	36,65 °C	36,65 °C	36,65 °C	36,65 °C	36,65 °C	36,65 °C	36,65 °C	36,65 °C	36,65 °C	36,65 °C	36,65 °C	

P · Ápice 1, 2, 3 · Pós-ápice ? · Dúvida para a consulta Vazio · Sem observação de sinais

Duração	Observações de sinais	Ápice a rever	Pós-ápice
28 dias	27 de 28	15/08	13 dias

DATAS A CONFIRMAR NA CONSULTA

P+3	P+7	P+9	P+11
18 Ago 2026	22 Ago 2026	24 Ago 2026	26 Ago 2026

NOTAS PARA A CONSULTA

Exemplo fictício: rever os sinais e as dúvidas assinaladas com a instrutora. Confirmar o plano na consulta.

MCS (Mucus Cycle Score): 10,0 pts · experimental Perdas após o fluxo: 0 dias Perdas no final: 0 dias

Para revisão com a instrutora e a médica. Indicadores automáticos em validação.

28 Out 2026

Apontamentos do ciclo

Dia e data	Observações complementares
Dia 10 10/08	Dúvida para rever na consulta · Pergunta fictícia para rever na consulta.
Dia 18 18/08	Medicação: Medicação fictícia