VitaChart

Diário de observações

Ciclo #2

29 Ago 2026 · 14 Out 2026

Ana Exemplo · dados fictícios

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

47 dias

Duração do ciclo

REGISTOS DO CICLO

Dias 1 a 35 · Folha 1 de 2

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
29/08	30/08	31/08	01/09	02/09	03/09	04/09	05/09	06/09	07/09	08/09	09/09	10/09	11/09	12/09	13/09	14/09	15/09	16/09	17/09	18/09	19/09	20/09	21/09	22/09	23/09	24/09	25/09	26/09	27/09	28/09	29/09	30/09	01/10	02/10
M	M	M	M	0 AD	0 AD	0 AD		0 AD	0 AD	0 AD	10KL AD	10KL AD	10KL AD	10KL AD	0 AD	0 AD	0 AD	0 AD	0 AD	0 AD	0 AD	0 AD	0 AD	0 AD	0 AD	0 AD	0 AD	0 AD	0 AD	0 AD	0 AD	0 AD	0 AD	0 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	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
47 dias	46 de 47	12/09	32 dias

DATAS A CONFIRMAR NA CONSULTA

P+3	P+7	P+9	P+11
15 Set 2026	19 Set 2026	21 Set 2026	23 Set 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

VitaChart

Diário de observações

Ciclo #2

29 Ago 2026 · 14 Out 2026

Ana Exemplo · dados fictícios

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

47 dias

Duração do ciclo

REGISTOS DO CICLO

Dias 36 a 47 · Folha 2 de 2

36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47
03/10	04/10	05/10	06/10	07/10	08/10	09/10	10/10	11/10	12/10	13/10	14/10
0 AD	0 AD	0 AD	0 AD	0 AD	0 AD	0 AD	0 AD	0 AD	0 AD	0 AD	0 AD
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

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 07/09	Dúvida para rever na consulta · Pergunta fictícia para rever na consulta.
Dia 18 15/09	Medicação: Medicação fictícia