



Gestación

El embarazo se divide en tres trimestres. Cada trimestre dura poco más de 13 semanas. El primer mes marca el comienzo del primer trimestre.

EDAD GESTACIONAL

EDAD GESTACIONAL



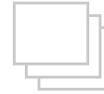
La edad gestacional comienza el primer día del último periodo menstrual de la mujer (UPM) El embarazo se mide usando la "edad gestacional".

EMBARAZO



El embarazo se mide desde el último periodo menstrual de la mujer, alrededor de 3 a 4 semanas antes de que esté.

TERMINO DEL EMBARAZO



Un embarazo a término se extiende por unas 40 semanas desde el UPM, es decir, casi 10 meses.



1-2

Éstas son las dos primeras semanas del ciclo menstrual de la mujer, cuando tiene el periodo menstrual. Unas dos semanas después, el óvulo más maduro se libera del ovario; esto se denomina ovulación. La ovulación puede ocurrir antes o después, según la duración del ciclo menstrual de cada mujer. El ciclo menstrual promedio es de 28 días.



Una vez liberado, el óvulo se desplaza hacia por una trompa de Falopio hacia el útero. Si el óvulo se encuentra con un espermatozoide, se combinan para formar una célula. Esto se denomina fertilización. Es muy probable que ocurra la fertilización si una mujer tiene relaciones sexuales vaginales sin protección durante los seis días que llevan a la ovulación.



Semanas 1 a 2



3-4

El óvulo fertilizado se traslada por la trompa de Falopio y se divide en más y más células. Llega al útero en 3 a 4 días después de la fertilización. Las células divididas forman una bola que flota libremente en el útero más o menos durante 2 a 3 días.



El embarazo comienza cuando la bola de células se adhiere al tejido del útero. Esto se denomina implantación. Suele comenzar a los 6 días después de la fertilización y tarda de 3 a 4 días en completarse.



Semanas 3 a 4

Para muchas mujeres, el primer síntoma de embarazo es la falta del periodo menstrual. La mayoría de las pruebas de embarazo darán un resultado positivo para cuando la mujer no haya tenido el periodo menstrual.

SÍNTOMAS INICIALES

Otros síntomas iniciales de embarazo incluyen fatiga, sentirse hinchada, ganas frecuentes de orinar,

No todas las mujeres tienen todos estos síntomas, pero es común tener, por lo menos, uno de ellos

SÍNTOMAS INICIALES

cambios en el estado de ánimo, náuseas, y sensibilidad o hinchazón de los senos.



Primeros síntomas

DESARROLLO EMBRIONARIO

La edad gestacional comienza el primer día del último periodo menstrual de la mujer (UPM) El embarazo se mide usando la "edad gestacional".



5-6

El embrión tiene menos de **4 a 5 mm. de largo**. Se desarrollan un sistema circulatorio y un corazón que late muy básicos. Aparecen unos brotes que serán luego los brazos y las piernas. Se empieza a formar el tubo neural. El tubo neural, más adelante, formará el cerebro, la médula espinal y los nervios principales. Aparece el brote de una cola.

4 a 5 mm. de largo



Semanas 5 a 6



7-8

El embrión tiene de 7 a 14 mm. de largo. Se ha formado el corazón. Comienzan a aparecer los dedos de las manos y de los pies conectados por membranas. Los brazos se doblan en el codo. Se empiezan a formar el labio superior, el hígado, los párpados, los ojos y las orejas externas.



Los órganos sexuales son iguales, ni femeninos ni masculinos, en todos los embriones hasta la séptima u octava semana. Si un gen inicia el desarrollo de los testículos, el embrión se desarrollará como masculino. Si esto no ocurre, el embrión desarrolla ovarios y se convierte en femenino.



Semanas 7 a 8





SÍNTOMAS DEL EMBARAZO

Suelen empeorar los malestares comunes, como la sensibilidad en los senos, la fatiga, las ganas frecuentes de orinar, la acidez, las náuseas y los vómitos.

MES 2

El segundo mes es cuando los síntomas del embarazo se vuelven muy notorios.

SÍNTOMAS DEL EMBARAZO

El cuerpo de la mujer produce más sangre durante el embarazo y su corazón late más rápido y fuerte que lo normal para transportar esa sangre.



Síntomas del embarazo

9-10

El embrión se convierte en feto después de las 10 semanas. Tiene de 21 a 40 mm. de largo.

La cola desaparece. Los dedos de las manos y de los pies son más largos. Absorbe nutrientes del torrente sanguíneo de la mujer. El cordón lleva nutrientes y oxígeno al feto y aleja de éste los desechos.



Semanas 9 a 10



11-12

El feto ahora se mide desde la cabeza hasta las nalgas. Esto se denomina longitud cráneo-caudal (LCC).

El feto tiene una LCC de 6 a 7.5 cms.

Los dedos de las manos y de los pies ya no están conectados por membranas.

Los huesos comienzan a endurecerse.

La piel y las uñas comienzan a crecer.

Los cambios que provocan las hormonas hacen que comiencen a aparecer los órganos sexuales externos, femeninos o masculinos.

El feto comienza a realizar movimientos espontáneos.

Los riñones comienzan a producir orina.

Aparecen glándulas sudoríparas



Semanas 11 a 12



SÍNTOMAS DEL EMBARAZO

En especial, las náuseas. Los senos de la mujer siguen creciendo y cambiando. La zona de alrededor del pezón, la aréola, puede agrandarse y oscurecerse. Las mujeres propensas al acné pueden tener erupciones.



MES 3

Continúan muchos de los síntomas del embarazo de los dos primeros meses y, a veces, empeoran durante el tercer mes.

SÍNTOMAS DEL EMBARAZO

Las mujeres no suelen aumentar mucho de peso en los primeros tres meses del embarazo; por lo general, sólo alrededor de un kg.



Síntomas del embarazo



La mayoría de las pérdidas de embarazo, denominado "aborto espontáneo", ocurren en el primer trimestre. Aproximadamente el 15% de los embarazos terminan en un aborto espontáneo durante el primer trimestre.

Aborto espontáneo

13-14

El feto tiene una longitud cráneo-caudal (LCC) de 8 cms. A veces, ya se puede ver el sexo del feto mirando los órganos externos en un ultrasonido.



En los fetos femeninos, los ovarios empiezan a bajar del abdomen al área pélvica. Ya está formado el paladar.

Comienza a crecer el cabello. En los fetos masculinos, comienza a desarrollarse la glándula prostática.



Semanas 13 a 14

15-16

El feto tiene una LCC de 12 cms.



En los fetos femeninos, se produce la formación de cientos de miles de óvulos en los ovarios.



Semanas 15 a 16



SÍNTOMAS DEL EMBARAZO

Suelen continuar los cambios en los senos, como el crecimiento, la hinchazón y el oscurecimiento de la aréola.

MES 4

Algunos de los primeros síntomas del embarazo comienzan a aliviarse durante el cuarto mes. Suelen reducirse las náuseas.

SÍNTOMAS DEL EMBARAZO

Es común que la mujer tenga dificultad para respirar o que respire más rápido. El flujo sanguíneo ha aumentado y puede causar otros síntomas del embarazo, como el sangrado de las encías, de la nariz o congestión nasal. Las mujeres embarazadas pueden sentir mareos o desvanecimiento, debido a los cambios en la sangre y en los vasos sanguíneos.



Síntomas del embarazo

17-18



El feto tiene una longitud cráneo-caudal (LCC) de 14 a 15 cms.



Semanas 17 a 18

El feto tiene una LCC de 16 cms.

El lanugo, un vello suave y fino, cubre el cuerpo. La piel también se cubre con vernix caseosa, una sustancia grasa que la protege. En el feto femenino, se ha formado el útero.

19-20



Semanas 19 a 20



5



La mujer suele sentir los movimientos del feto por primera vez durante el quinto mes.

Se sienten los movimientos del feto.

Los síntomas del embarazo continúan este mes. La acidez, el estreñimiento, los cambios en los senos, los mareos, la dificultad para respirar, las hemorragias nasales y de las encías son comunes.

Los senos pueden ser hasta dos tallas más grandes en este momento.

SÍNTOMAS DEL EMBARAZO

MES 5



Síntomas del embarazo

21-22



El feto tiene una longitud cráneo-caudal (LCC) de 18 a 19 cms. La médula ósea comienza a producir células sanguíneas. Comienzan a formarse las papilas gustativas.



Semanas 21 a 22

23-24



El feto tiene una LCC de 20 cms. Las cejas y las pestañas suelen aparecer entre las semanas 23 y 26.



Semanas 23 a 24

6



Suelen continuar los síntomas del embarazo del cuarto y quinto mes.

Los senos pueden comenzar a producir calostro (pequeñas gotas de la primera leche).

Puede mejorar la dificultad para respirar.

Esto puede continuar durante el transcurso del embarazo.

SÍNTOMAS
DEL EMBARAZO

MES 6



Síntomas del embarazo



Suelen continuar los síntomas del embarazo del cuarto y quinto mes.

Ésta es la manera en que el útero se prepara para el trabajo de parto y el parto en sí.



Las contracciones de Braxton-Hicks son normales y no son un síntoma de trabajo de parto prematuro.

SÍNTOMAS DEL EMBARAZO

MES 6



Síntomas del embarazo



7



El útero de la mujer se sigue expandiendo. Es normal el dolor de espalda.

Los síntomas del embarazo de los meses previos continúan. Los mareos pueden disminuir.

SÍNTOMAS DEL EMBARAZO

MES 7



Síntomas del embarazo

29-30



El feto tiene una longitud cráneo-caudal (LCC) de 27 cms.

En el feto masculino, por lo general, los testículos comienzan a descender al escroto desde el abdomen entre las semanas 30 y 34. Esto suele completarse para la semana 40.



31-32



El feto tiene una LCC de 28 cms.
El lanugo comienza a caerse.



Semanas 29 a 30



Semanas 31 a 32



Las mujeres, con frecuencia, comienzan a sentirse cansadas y se les hace más difícil respirar, ya que el útero se expande hacia arriba. Pueden tener várices, venas hinchadas rojizas o azuladas generalmente en las piernas, o hemorroides; várices en el recto. Las hemorroides pueden ser dolorosas, picar y hasta sangrar.

La mujer también puede tener estrías donde se estiró la piel. Las contracciones de Braxton-Hicks, la acidez y el estreñimiento pueden continuar. Se les puede escapar un poco de orina al estornudar o al reírse, ya que el útero presiona la vejiga. Las hormonas pueden hacer que el cabello tenga más volumen y esté más saludable.

SÍNTOMAS
DEL EMBARAZO

MES 8



Síntomas del embarazo

33-34



El feto tiene una longitud cráneo-caudal (LCC) de 30 cms.
Los ojos se han desarrollado lo suficiente como para que las pupilas se contraigan y dilaten cuando se los expone a la luz.
El lanugo prácticamente ha desaparecido.



30 cms

35-36



El feto tiene una LCC de 32 cms.
El feto es considerablemente más gordo, y la piel ya no está arrugada.



32 cms

  **Semanas 33 a 34**

  **Semanas 35 a 36**

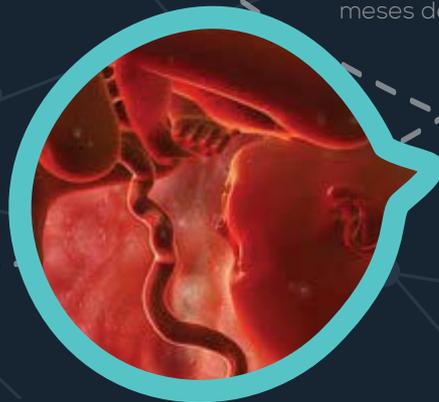
37-38



El feto tiene una longitud cráneo-caudal (LCC) de 34 a 36 cms. El feto tiene un agarre firme.



39-40



Muchas mujeres dan a luz en este período. El recién nacido promedio pesa alrededor de 3.5 kgs. y tiene entre 46 y 56 cms. de largo con las piernas extendidas.

En este momento, casi todo el vernix y el lanugo han desaparecido. Es común que los recién nacidos tengan un poco de lanugo que desaparece durante los primeros meses de vida.



Semanas 37 a 38



Semanas 39 a 40



SÍNTOMAS DEL EMBARAZO



MES 8

El feto cada vez más grande ejerce más y más presión en el cuerpo de la mujer embarazada.

Los síntomas comunes del embarazo siguen hasta que éste finaliza, incluso la fatiga, los problemas para dormir y contener la orina, la dificultad para respirar, las varices y las estrías.

Algunos fetos descienden a la parte más baja del útero durante este mes. Esto puede aliviar la acidez y el estreñimiento, que son síntomas comunes al principio del embarazo.

Pero algunos fetos no descienden hasta el final del embarazo.



Síntomas del embarazo



ASOCIACIÓN MEXICANA

DE ESTIMULACIÓN PRENATAL, TEMPRANA Y ACUÁTICA

check



Nutrición

*Para comer bien durante el embarazo,
la mujer embarazada no sólo debe incrementar lo que come,
sino también debe considerar lo que come.*