



Cómo crece el feto durante el embarazo

Durante el embarazo ocurren grandes cambios. Desde el comienzo, el **feto** altera su cuerpo y su manera de vivir. Durante todo el embarazo, el feto depende de usted para todas sus necesidades de crecimiento y desarrollo adecuados. Si bien cada embarazo es diferente, el crecimiento y desarrollo fetal se lleva a cabo de una manera bastante típica. Con el paso de cada mes, usted y el feto se estarán preparando para el nacimiento y el comienzo de una nueva vida.

Este folleto explica

- cómo comienza un embarazo
- cómo crece y se desarrolla el feto
- los cambios que ocurren en su cuerpo durante el embarazo
- cómo se calcula la fecha prevista del parto

Cómo comienza un embarazo

La **fertilización**, que es la unión de un **óvulo** con un **espermatozoide** en una sola **célula**, es el primer paso de una compleja serie de sucesos que da lugar a un embarazo. La fertilización se realiza en una **trompa de Falopio**. En el transcurso de los próximos días, la célula se divide en muchas células. A la misma vez, la pequeña masa de células divididas se desplaza hacia abajo por la trompa de Falopio hasta llegar al revestimiento del **útero**. Es allí donde se implanta y comienza a crecer. Desde la implantación hasta el

final de la octava semana del embarazo, se le llama **embrión**. A partir de la novena semana del embarazo hasta el parto, se le llama feto.

La **placenta** se forma de algunas de estas células que se dividen rápidamente. La placenta funciona como un sistema de apoyo vital durante el embarazo. El **oxígeno**, los nutrientes y las **hormonas** de la madre se transfieren por la placenta al feto, y los productos de desecho del feto se transfieren a la madre para eliminarlos.

Durante el embarazo, aumenta el grosor del revestimiento del útero y los vasos sanguíneos se agrandan para nutrir al feto. A medida que avanza el

embarazo, el útero se expande con el fin de crear espacio para el feto. Para cuando nace el bebé, el útero se ha expandido a un tamaño mucho más grande que su tamaño normal.

Cambios durante el embarazo

A medida que crece el feto ocurren muchos cambios dentro del cuerpo de la mujer. Es posible que no se dé cuenta de muchos de estos cambios al principio. Si tiene alguna inquietud o pregunta sobre los cambios que ocurren en su cuerpo, hable con su obstetra o con otro profesional de atención médica. Dicho proveedor puede ofrecerle algunas sugerencias para lidiar con los cambios normales del embarazo y también determinar lo que no es normal.

Cuánto tiempo dura el embarazo

Un embarazo normal dura aproximadamente 40 semanas desde el primer día del último período menstrual. Se considera que un embarazo comienza 2 semanas después del primer día del último período menstrual. Por lo tanto, se cuentan 2 semanas adicionales al comienzo del embarazo aunque realmente no estaba embarazada en esa fecha. Un embarazo dura “oficialmente” 10 meses (40 semanas)—no 9 meses—debido a estas semanas adicionales.

Crecimiento del útero durante el embarazo

El tamaño del útero puede ayudar a determinar la duración de su embarazo. El útero cabe dentro de la pelvis hasta la semana 12. En la semana 36, la parte superior del útero se encuentra debajo de la caja torácica.



El embarazo también se puede dividir en semanas y a veces días. Un embarazo que es de “36 y 3/7 semanas” quiere decir “36 semanas y 3 días de embarazo”. Las 40 semanas del embarazo a menudo se agrupan en 3 **trimestres**. Cada trimestre dura aproximadamente 12–13 semanas (o alrededor de 3 meses):

- Primer trimestre: 0 semanas: 13 y 6/7 semanas (Meses 1–3)
- Segundo trimestre: 14 y 0/7 semanas–27 y 6/7 semanas (Meses 4–7)
- Tercer trimestre: 28 y 0/7 semanas–40 y 6/7 semanas (Meses 7–9)

Fecha prevista del parto

La fecha en que se espera que nazca el bebé se llama la “fecha calculada del parto” (FCP). Solo aproximadamente 1 de cada 20 mujeres da a luz en la fecha prevista del parto. Aún así, la fecha calculada del parto es útil por varios motivos. Por ejemplo, determina la **edad gestacional** del feto durante el embarazo para que se pueda llevar un control del crecimiento del feto. También proporciona una escala de tiempo durante la cual se realizarán ciertas pruebas durante el transcurso del embarazo.

La fecha calculada del parto se determina desde el primer día del último período menstrual. No obstante, cuando no está bien definida la fecha del último período menstrual, se podría hacer un **examen por ecografía (ultrasonido)** durante el primer trimestre para calcular la fecha prevista del parto. Este método para establecer la fecha se considera el más exacto. Durante la ecografía, se mide la “longitud coronilla–cóccix”, que es la longitud del embrión o el feto desde la parte superior de la cabeza (la “coronilla”) hasta la parte inferior del área que se convertirá en los glúteos (el “cóccix”). Si tiene menos de 7 semanas de embarazo, no es posible ver la coronilla ni el cóccix del embrión, por lo tanto, se mide la longitud mayor del embrión. Entonces, se usa una fórmula para calcular la edad gestacional sobre la base de esta medida. Si ha tenido **fertilización in vitro**, la fecha calculada del parto se establece por la edad del embrión y la fecha en que el embrión se transfirió al útero.

Por último...

Saber cómo crece y se desarrolla el feto puede ayudarla a prepararse para las próximas semanas. La fecha prevista del parto ofrece un punto de referencia para medir el crecimiento del feto y la evolución de su embarazo. Si tiene alguna pregunta sobre los cambios que ocurren en el feto o en su propio cuerpo, hable con su obstetra u otro profesional de atención médica.

Cambios que ocurren en su cuerpo durante el embarazo

El primer trimestre

- Cesa el período menstrual.
- Los senos se agrandan y aumenta la sensibilidad al tacto de los mismos.
- Los pezones tienden a sobresalir más.
- Puede que tenga que orinar más a menudo.
- Puede sentirse muy cansada.
- Puede tener náuseas e incluso vómitos.
- Puede tener deseos intensos (antojos) de consumir ciertos alimentos o perder el apetito.
- Puede tener acidez o indigestión.
- Puede sentir el estómago hinchado con gases y tener exceso de gases.
- Puede tener estreñimiento.
- Puede aumentar o bajar algunas libras de peso.



El segundo trimestre

- Aumenta su apetito y pueden disminuir las náuseas y el agotamiento.
- El abdomen se comienza a expandir. Al final de este trimestre, la parte superior del útero estará cerca de la caja torácica.
- Comenzará a sentir los movimientos del bebé.
- La piel del abdomen y los senos se estira, se siente tensa y puede producir picazón. Puede que observe estrías en la piel.
- El abdomen se puede sentir adolorido en un lado u otro a medida que se estiran los ligamentos que apoyan al útero.
- Se puede formar una línea oscura en la piel que desciende desde el centro del estómago, donde se encuentra el ombligo, hasta el vello púbico.
- Pueden aparecerle manchas de color marrón ("la máscara del embarazo") en la cara.
- Las aréolas, la piel más oscura alrededor de los pezones, se oscurecen aún más.
- Los pies y tobillos se pueden hinchar.
- Puede percibir el útero en la parte inferior del abdomen.



El tercer trimestre

- Es posible sentir los fuertes movimientos del bebé.
- Puede faltarle el aliento.
- Puede tener que orinar más a menudo a medida que el bebé desciende y ejerce más presión sobre la vejiga.
- El calostro—una sustancia amarillenta precursora de la leche—puede salir de los pezones.
- El ombligo puede sobresalir.
- Puede tener contracciones (constricción abdominal o dolor). Estos pueden ser indicios de trabajo de parto falso o verdadero.



Cómo crece el feto

Nota: Las semanas que se ilustran aquí representan la edad gestacional que se calcula a partir de la fecha del primer día del último período menstrual.

1^{er} y 2^o mes

Semanas 1–8

Longitud: 1/2 pulgada

Peso: 1/4 de onza



- Se comienza a formar la placenta.
- El cerebro y la médula espinal se empiezan a formar.
- Los tejidos que formarán el corazón comienzan a latir. El latido cardíaco se puede detectar durante un examen por ecografía alrededor de la sexta semana del embarazo.
- Aparecen las proyecciones que serán las extremidades, con manos y pies en forma de paletas.
- Los ojos, las orejas y la nariz se comienzan a desarrollar. Se forman los párpados, pero permanecen cerrados.
- Los genitales se comienzan a desarrollar.
- Al final de la octava semana, se han comenzado a desarrollar todos los órganos principales y los sistemas primarios del cuerpo.

3^{er} mes

Semanas 9–12

Longitud: 2 pulgadas

Peso: 1/2 onza



- Aparecen las proyecciones para los futuros dientes.
- Los dedos de las manos y los pies se comienzan a formar. Se comienzan a formar uñas blandas.
- Los huesos y músculos comienzan a crecer.
- Los intestinos se comienzan a formar.
- La columna vertebral es blanda y flexible.
- La piel es delgada y transparente.
- Las manos están más desarrolladas que los pies.
- Los brazos son más largos que las piernas.

4^o mes

Semanas 13–16

Longitud: 5 pulgadas

Peso: 5 onzas



- Los brazos y las piernas se pueden doblar.
- Se forman los órganos sexuales externos.
- El oído externo se comienza a desarrollar.
- El feto puede tragar y oír.
- El cuello está formado.
- Los riñones funcionan y comienzan a producir orina.

5^o mes

Semanas 17–20

Longitud: 10 pulgadas

Peso: 1/2–1 libra



- Se desarrolla el reflejo de chupar. Si una mano se desplaza a la boca, el feto podría chuparse el dedo pulgar.
- La piel está arrugada y una capa de aspecto ceroso (unto sebáceo) y vello fino (lanugo) recubre todo el cuerpo.
- El feto está más activo. Podría sentirlo cuando se mueve.
- El feto duerme y se despierta regularmente.
- Las uñas crecen hasta la punta de los dedos.
- La vesícula comienza a producir bilis la cual es necesaria para digerir los nutrientes.
- En los fetos de sexo femenino, se han formado óvulos en los ovarios. En los fetos varones, los testículos comienzan a descender.
- Se podría determinar el sexo del feto en un examen por ecografía.

6^o mes

Semanas 21–24

Longitud: 12 pulgadas

Peso: Un poco más de una libra



- El feto puede tener hipo.
- El cerebro se desarrolla rápidamente.
- Los conductos lacrimales se están desarrollando.
- Se pueden observar las huellas de los dedos de las manos y los pies.
- Los pulmones se han formado completamente aunque no están listos para funcionar fuera del útero.

7^o mes

Semanas 25–28

Longitud: 14 pulgadas

Peso: 2–2 1/2 libras



- Los ojos se pueden abrir y cerrar y percibir cambios en la luz.
- El feto patea y se estira.
- El feto hace movimientos para agarrar y responde al sonido.
- Las células pulmonares comienzan a producir una sustancia que promueve la respiración.

(continuación)

Cómo crece el feto (continuación)

Nota: Las semanas que se ilustran aquí representan la edad gestacional que se calcula a partir de la fecha del primer día del último período menstrual.

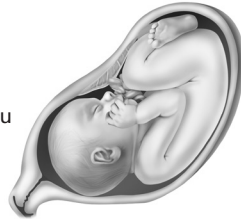
8º mes

Semanas 29–32

Longitud: 18 pulgadas

Peso: 5 libras

- Ya que ha terminado la mayoría de su desarrollo, el peso del feto aumenta rápidamente.
- Los huesos se endurecen, pero el cráneo permanece blando y flexible para el parto.
- Se siguen formando las distintas regiones del cerebro.
- El cabello comienza a crecer.
- El lanugo comienza a desaparecer.



9º mes

Semanas 33–36

Longitud: 20 pulgadas

Peso: 6–7 libras

- El feto generalmente se desplaza con la cabeza hacia abajo para el parto.
- El cerebro se sigue desarrollando.
- La piel está menos arrugada.
- Los pulmones se están madurando y preparando para funcionar fuera del útero.
- Se desarrollan hábitos de dormir.



10º mes

Semanas 37–40

Longitud: Aproximadamente 20 pulgadas

Peso: 7 1/2 libras

- El feto desciende más abajo en la pelvis.
- Se acumula más grasa, especialmente alrededor de los codos, las rodillas y los hombros.
- El feto aumenta alrededor de media libra a la semana durante este último mes del embarazo.



Tabla de conversión

1 pulgada = 2.54 centímetros 1 onza = 28 gramos 1 libra = 453.59 gramos

Glosario

Célula: La unidad más pequeña de una estructura en el cuerpo; los componentes básicos de todas las partes del cuerpo.

Edad gestacional: Edad de un embarazo que generalmente se calcula a partir del número de semanas que han transcurrido desde el primer día del último período menstrual normal. A menudo se usan los resultados de un examen por ecografía (ultrasonido) que se realiza en el primer o segundo trimestre del embarazo.

Embrión: Etapa en el desarrollo prenatal que comienza en la fertilización (cuando se une un óvulo y un espermatozoide) y dura hasta 8 semanas.

Espermatozoide: Célula que se produce en los testículos del hombre y que puede fertilizar al óvulo de la mujer.

Examen por ecografía (ultrasonido): Examen que usa ondas sonoras para examinar estructuras internas. Durante el embarazo, puede usarse para examinar al feto.

Fertilización: Unión de un óvulo con un espermatozoide.

Fertilización in vitro: Procedimiento mediante el cual se extrae un óvulo del ovario de la mujer, se fertiliza en un laboratorio con espermatozoides del hombre y posteriormente se transfiere al útero de la mujer para producir un embarazo.

Feto: Etapa del desarrollo prenatal que comienza a las 8 semanas después de la fertilización y dura hasta el final del embarazo.

Hormonas: Sustancias que elaboran las células o los órganos del cuerpo que regulan las funciones de las células o los órganos. Un ejemplo es el estrógeno que se encarga de controlar la función de los órganos reproductores femeninos.

Óvulo: Célula reproductora femenina que se produce en los ovarios y se libera desde allí.

Oxígeno: Gas necesario para poder vivir.

Placenta: Tejido que proporciona la nutrición y extrae los productos de desecho del feto.

Surfactante: Sustancia que producen las células en el sistema respiratorio que contribuye a la elasticidad de los pulmones e impide que estos se colapsen.

Trimestres: Los períodos de 3 meses en los cuales se divide el embarazo.

Trompa de Falopio: Uno de dos conductos a través del cual se desplaza un óvulo desde el ovario hasta el útero.

Útero: Órgano muscular ubicado en la pelvis de la mujer que contiene al feto en desarrollo y lo nutre durante el embarazo.

Este Folleto Educativo para Pacientes fue elaborado por el Colegio Americano de Obstetras y Ginecólogos (American College of Obstetricians and Gynecologists). Diseñado para ayudar a los pacientes, presenta información actualizada y opiniones sobre temas relacionados con la salud de las mujeres. El nivel de dificultad de lectura de la serie, basado en la fórmula Fry, corresponde al grado escolar 6to a 8vo. El instrumento de Evaluación de Idoneidad de Materiales (Suitability Assessment of Materials [SAM]) asigna a los folletos la calificación "superior". Para asegurar que la información es actualizada y correcta, los folletos se revisan cada 18 meses. La información descrita en este folleto no indica un curso exclusivo de tratamiento o procedimiento que deba seguirse, y no debe interpretarse como excluyente de otros métodos o prácticas aceptables. Puede ser apropiado considerar variaciones según las necesidades específicas del paciente, los recursos y las limitaciones particulares de la institución o tipo de práctica.

Derechos de autor enero del 2018 por el Colegio Americano de Obstetras y Ginecólogos (American College of Obstetricians and Gynecologists). Todos los derechos reservados. Ninguna parte de esta publicación podrá reproducirse, almacenarse en un sistema de extracción, publicarse en Internet, ni transmitirse de ninguna forma ni por ningún método, sea electrónico, mecánico, de fotocopiado, grabación o de cualquier otro modo, sin obtener previamente un permiso por escrito del editor.

ISSN 1074-8601

Las solicitudes de autorización para hacer fotocopias deben dirigirse a: Copyright Clearance Center, 222 Rosewood Drive, Danvers, MA 01923.

Para pedir Folletos de Educación de Pacientes en paquetes de 50, sírvase llamar al 800-762-2264 o hacer el pedido en línea en sales.acog.org.

The American College of Obstetricians and Gynecologists
409 12th Street, SW
PO Box 96920
Washington, DC 20090-6920