

Publicado en *Mom & me Centroamérica* | *1000 Primeros Días del Bebé* (<https://www.momandme.nestle.com>)

[Inicio](#) > Semana 20

Comparte esto

X



## Semana 20

¡Esta semana están sucediendo tantas cosas en tu vientre que quizá quieras echarte una siestecita después de leer sobre eso!

<https://www.momandme.nestle.com/mi-embarazo/20-semanas-de-embarazo> <sup>[1]</sup>

[\[2\]](#) [\[3\]](#) [\[4\]](#)



# Semana 20

¡Esta semana están sucediendo tantas cosas en tu vientre que quizá quieras echarte una siestecita después de leer sobre eso!

Miércoles, Octubre 28th, 2020

- <sup>[5]</sup>
- [Imprimir](#) <sup>[1]</sup>
- [Compartir](#)

¡Esta semana están sucediendo tantas cosas en tu vientre que quizá quieras echarte una siestecita después de leer sobre eso! Lee más sobre esta semana.

## ***DESARROLLO DEL BEBÉ***

Tu bebé está creciendo cada vez más rápido, especialmente en lo que se refiere al desarrollo del cerebro, que es bastante acelerado en este momento. Su cuerpo realmente ha crecido, lo que hace que su cabeza parezca menos grande ahora. ¡Si su bebé es una niña, sus ovarios están equipados con suficientes células primitivas para producir 7 millones de óvulos! Pero a partir de esta etapa de desarrollo, ese número comenzará a reducirse, estabilizándose en alrededor de 2 millones al nacer. Para esta semana, ya se le pueden ver sus cejas y cualquier pelo que tenga en la cabeza.

## ***TU CUERPO***

¿Ya has sentido a tu bebé moverse? ¡Qué momento tan maravilloso! Para disfrutar al máximo, acuéstate o siéntate y relájate. Entonces podrá sentir los tirones más claramente. La mayoría de los bebés tienen su fase más activa por la noche entre las 8 y 11 de la noche.

Pero puede que todavía necesites un poco de paciencia para poder detectar los movimientos. Al principio, probablemente no sentirás nada más que un ligero tic o un tirón. Las patadas contra el vientre se vuelven más pronunciadas a partir de la semana 25. Y pasarán varias semanas antes de que el futuro padre también pueda experimentar este gran momento.

## ***NUTRICIÓN***

Lo más probable es que te hayan hablado de la importancia del flúor para tus dientes y la formación de los dientes de tu bebé. Algunos países han optado por agregar flúor al agua de grifo para ayudar a prevenir las caries y, en general, beber agua con flúor cumplirá los requisitos durante el embarazo. Dado que el consumo de demasiado flúor puede tener efectos nocivos para la salud, siempre consulta con tu profesional de la salud antes de tomar cualquier suplemento dietético. El flúor se encuentra en algunas aguas minerales y está presente particularmente en los mariscos, como la carne de cangrejo o los camarones.

## CONSEJOS

A los gatos se les ha dado una mala reputación en relación con las mujeres embarazadas. ¿Podría tu gato transmitir una enfermedad potencialmente peligrosa, la toxoplasmosis, al bebé? Aunque no es necesario que envíes a tu mascota a otro lado hasta que nazca el bebé, sí es importante tomar ciertas precauciones, especialmente si tu gato es joven. Las heces de los gatitos pueden transmitir la toxoplasmosis, la cual es bastante común y la mayoría de las mujeres la desarrollan sin darse cuenta, pero es muy peligrosa para el feto, incluso mortal. Para evitar el riesgo, confía el mantenimiento de la arena para gatos a otra persona y lávate las manos regularmente después de tocarlo.

[Leer más](#) <sup>[6]</sup>

**URL de origen:** <https://www.momandme.nestle.com/mi-embarazo/20-semanas-de-embarazo>

### Enlaces

[1] <https://www.momandme.nestle.com/mi-embarazo/20-semanas-de-embarazo>

[2] <https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.momandme.nestle.com/mi-embarazo/20-semanas-de-embarazo&media=https://www.momandme.nestle.com/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/week-20-v2.jpg&description=Semana 20>

[3] <https://twitter.com/share?text=Semana%2020&url=https%3A//www.momandme.nestle.com/mi-embarazo/20-semanas-de-embarazo>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.momandme.nestle.com/mi-embarazo/20-semanas-de-embarazo>

[5] <https://www.momandme.nestle.com/printpdf/103388>

[6] <https://www.momandme.nestle.com/javascript%3A%3B>