

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

[Inicio](#) > 29 Semanas de Embarazo

Comparte esto

X



29 Semanas de Embarazo

29 semanas de embarazo: A medida que avanzas hacia la línea de meta, darás a luz en unas diez semanas, tu bebé sigue creciendo a pasos agigantados, incluso abriendo bien los ojos ahora. Lee más sobre ello.

<https://www.momandme.nestle.com/mi-embarazo/29-semanas-de-embarazo> [1]

[2] [3] [4]



29 Semanas de Embarazo

29 semanas de embarazo: A medida que avanzas hacia la línea de meta, darás a luz en unas diez semanas, tu bebé sigue creciendo a pasos agigantados, incluso abriendo bien los ojos ahora. Lee más sobre ello.

Miércoles, Octubre 28th, 2020

- ^[5]
- [Imprimir](#) ^[1]
- [Compartir](#)

DESARROLLO DEL BEBÉ

Tu bebé ocupa cada vez más espacio en tu vientre y tal vez no pueda moverse tanto debido a las limitaciones de espacio (¡qué bien que haya un cambio de habitación en un futuro no muy lejano!). Sus ojos pueden estar muy abiertos, ¡y ya tiene pestañas! Al nacer, tendrá una visión imperfecta pero aún así verá lo suficientemente bien como para distinguir tu cara y ver los objetos colocados a 20-25 cm de sus ojos.

TU CUERPO

Las patadas y los latidos del corazón te hacen saber que tu hijo está muy presente. También, desafortunadamente, está haciendo notar su presencia presionando tus pulmones y posiblemente causando que tus pies y manos se hinchen. Tal vez tus zapatos favoritos no te quepan ahora mismo o apenas puedes lograr que el anillo que querías usar pase de la punta de tu dedo. Ahh, las alegrías de la retención de agua. Debido a que hay muchos más fluidos circulando en tu cuerpo, puede que estos se acumulen en tus manos y piernas al final del día. Especialmente si has estado de pie todo el día y no has tenido mucha oportunidad para subir tus pies. Normalmente la hinchazón desaparece de nuevo durante la noche pero si esta permanece o aumenta repentinamente, infórmale a tu médico para que pueda descartar la posibilidad de una preeclampsia.

NUTRICIÓN

Durante el último trimestre tus necesidades calóricas se incrementan en unos 450 de lo que comías antes de que estuvieras embarazada.

CONSEJOS

La actividad física moderada, similar a la que has estado haciendo durante todo el embarazo, puede que necesite algunos retoques, pero a las mujeres saludables que están embarazadas se les recomienda que se mantengan activas durante el último trimestre.

[Leer más](#) ^[6]

URL de origen: <https://www.momandme.nestle.com/mi-embarazo/29-semanas-de-embarazo>

Enlaces

[1] <https://www.momandme.nestle.com/mi-embarazo/29-semanas-de-embarazo>

[2] <https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.momandme.nestle.com/mi-embarazo/29-semanas-de-embarazo&media=https://www.momandme.nestle.com/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/week-29-v2.jpg&description=29 Semanas de Embarazo>

[3] <https://twitter.com/share?text=29%20Semanas%20de%20Embarazo&url=https%3A//www.momandme.nestle.com/mi-embarazo/29-semanas-de-embarazo>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.momandme.nestle.com/mi-embarazo/29-semanas-de-embarazo>

[5] <https://www.momandme.nestle.com/printpdf/103397>

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