

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

[Inicio](#) > 38 Semanas de Embarazo

Comparte esto

X



38 Semanas de Embarazo

38 semanas de embarazo: ¡Dos semanas más! Sí, es verdad, tú y tu pequeño pronto se conocerán. Todo está más o menos en su sitio. Lee más sobre esta semana.

<https://www.momandme.nestle.com/mi-embarazo/38-semanas-de-embarazo> ^[1]

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



38 Semanas de Embarazo

38 semanas de embarazo: ¡Dos semanas más! Sí, es verdad, tú y tu pequeño pronto se conocerán. Todo está más o menos en su sitio. Lee más sobre esta semana.

Jueves, Octubre 29th, 2020

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

DESARROLLO DEL BEBÉ

Tu bebé pronto hará su gran entrada en el mundo. Su sistema respiratorio se está preparando para funcionar por sí mismo - ha estado tomando prestado el tuyo hasta ahora - aunque sus pulmones seguirán desarrollándose después de su nacimiento. El cerebro será el órgano menos desarrollado al nacer, pero madurará continuamente desde el día en que nazca hasta que cumpla 18 o 20 años. Los aparatos y circuitos se construirán como si fueran una computadora, ¿por qué es el cerebro si no una computadora natural?! - fortaleciéndose a medida que toma la información, con la “cereza del dulce” representada por sus emociones. Eso es lo que hace a cada individuo totalmente único, con su propia capacidad de comprensión y afrontamiento, su propia forma de pensar desarrollándose gradualmente a medida que envejece. Y tu pequeño no es una excepción.

TU CUERPO

Tal vez estás tratando de imaginar lo que va a pasar cuando llegues al hospital o a la clínica. Bueno, dependiendo de lo inminente que sea la salida de tu bebé, se te pondrá en tu habitación o en una sala de partos y se te conectará a una máquina de monitorización. Tu pareja se lavará y luego entrará contigo. El anestesiólogo vendrá y te hablará de la epidural si es algo por lo que has optado. No olvides concentrarte en este momento, compartir este momento mágico con tu cónyuge o pareja. La llegada de esta nueva personita para la que ambos van a ser las dos personas más importantes del mundo es bastante grande. Intenten y disfruten de la experiencia. Por su parte, el padre puede estar sintiendo muchas emociones. También puede tener miedo de sentirse inútil. Recuérdale que el bebé sólo está aquí por el amor que ambos comparten. ¡Quizás puedas enseñarle algunos ejercicios de respiración!

NUTRICIÓN

Las Calorías adicionales que has estado consumiendo no sólo han proporcionado a tu cuerpo la energía que necesita para ayudar a tu bebé a crecer, sino que también le han proporcionado a tu cuerpo algunas reservas de grasa adicionales a las que puedes recurrir al dar pecho. Después del nacimiento de tu bebé, la producción de leche materna requiere muchas calorías. Cada mujer es diferente, pero si tu peso antes del embarazo estaba en el rango recomendado, probablemente necesites entre 400 y 500 calorías adicionales por día para producir leche materna. Algunas de estas calorías adicionales provendrán de la grasa que almacenaste durante el embarazo y el resto provendrá de la comida.

CONSEJOS

En caso de que tu parto no sea natural y requieras una cesárea, al día de hoy, es una operación de rutina. La epidural anestesia la zona pélvica por sí sola, de modo que puedes estar despierta y consciente para experimentar el nacimiento de tu bebé. Y la mayoría de los hospitales y clínicas permiten que tu pareja esté a tu lado.

[Leer más](#) ^[6]

URL de origen: <https://www.momandme.nestle.com/mi-embarazo/38-semanas-de-embarazo>

Enlaces

[1] <https://www.momandme.nestle.com/mi-embarazo/38-semanas-de-embarazo>

[2] <https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.momandme.nestle.com/mi-embarazo/38-semanas-de-embarazo&media=https://www.momandme.nestle.com/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/week-38-v2.jpg&description=38 Semanas de Embarazo>

[3] <https://twitter.com/share?text=38%20Semanas%20de%20Embarazo&url=https%3A//www.momandme.nestle.com/mi-embarazo/38-semanas-de-embarazo>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.momandme.nestle.com/mi-embarazo/38-semanas-de-embarazo>

[5] <https://www.momandme.nestle.com/printpdf/103406>

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