

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

[Inicio](#) > ¡Ya tengo 40 y quiero un hijo!

Comparte esto

X



## ¡Ya tengo 40 y quiero un hijo!

Llegué a los 40 años y... todos me dicen que es más difícil tener un hijo, pero no es imposible. Y sé que no soy la única... he visto todas esas celebridades que lucen con orgullo sus años, y que se ven radiantes con su hijo en brazos.

<https://www.momandme.nestle.com/ya-tengo-40-y-quiero-un-hijo> <sup>[1]</sup>

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



# ¡Ya tengo 40 y quiero un hijo!

Llegué a los 40 años y... todos me dicen que es más difícil tener un hijo, pero no es imposible. Y sé que no soy la única... he visto todas esas celebridades que lucen con orgullo sus años, y que se ven radiantes con su hijo en brazos.

Miércoles, Diciembre 16th, 2015

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

## Embarazo tardío

Definitivamente no son embarazos más ordinarios, pero calma: pueden evolucionar sin mayores complicaciones. Un seguimiento médico riguroso y controlado, ¡te permitirá dar a luz a un bebé muy saludable! Todo radica en tener confianza y dedicación.

## Un balance de mi salud

"¡No esperes más!" son palabras frecuentes de los ginecólogos a las mujeres que desean concebir rondando los 40. Si bien los embarazos denominados tardíos cada vez son más frecuentes, hay un riesgo existente: la fertilidad desciende a partir de los 35 años.

Las posibilidades de concebir un bebé durante un ciclo menstrual son de 1 contra 4 a los 20 años, o 1 contra 8 a los 35 años, y a partir de los 40 son de 1 contra 12. Por ello no dejaremos de insistir en la importancia de hacerse un examen pregestacional, y así poder aprovechar al máximo todas tus posibilidades.

Si superas los 35 años y estás intentando tener un bebé desde hace más de 6 meses sin éxito, no lo dudes: háblalo con el médico. Las técnicas médicas de reproducción asistida como fecundación in vitro y la donación de ovocitos tienen porcentajes de éxito alentadores. Aunque son tratamientos agotadores tanto física como psicológicamente, han demostrado ampliamente su eficacia.

## ¡A cuidarse mucho mamá madura!

¿Son más riesgosos los embarazos tardíos? Pues sí, pero gracias a los avances médicos y a la detección precoz, actualmente se controlan rigurosamente. La clave es estar más atenta a lo que te dicta tu cuerpo y, sobre todo, evitar cansarse. Tu prioridad es cuidar tu cuerpo para el embarazo.

Has vivido mucho antes de decidir tener un hijo: desde el trabajo, viajes, salidas... tu vida siempre ha estado ocupada. ¡Llegó el momento de levantar el pie del acelerador! Toma las cosas con calma y recuerda que en estos embarazos:

- Es probable que te sentirás más cansada al realizar tus actividades cotidianas
- Incrementan los riesgos de enfermedades como la hipertensión arterial y la diabetes gestacional.

- La posibilidad de sufrir un aborto espontáneo es mayor, sobre todo durante los tres primeros meses.

¡Cuidado! Tampoco debes hipocondríaca, sino de saber administrar las prioridades y tratar de contrarrestar los riesgos. Consulta a tu médico para manejar tu embarazo de la mejor manera.

### ¡Un bebé saludable!

Gracias a los avances médicos y a un riguroso control prenatal, el bebé estará bien cuidado, ¡y nacerá fuerte y hermoso! A partir de los 38 años, por norma se recomienda a las mujeres embarazadas la realización de una amniocentesis, con el objetivo de detectar un posible síndrome de Down u otra anomalía cromosómica.

Las probabilidades de tener un hijo trisómico son de 1 cada 1.500 a los 20 años, y 1 cada 100 a los 40. Un punto a favor: contrariamente a lo que se cree, los demás riesgos de malformación apenas aumentan con la edad. Pero no te desanimes, pues el deseo de tener un hijo es, ante todo, un estado de ánimo. ¡Confía en ti!

### ¿Cuáles son mis posibilidades de quedar embarazada?

A los 30 años, una mujer que desea concebir un hijo tiene un 75% de posibilidades de quedar embarazada al cabo de un año. Sin embargo, esta cifra desciende hasta un 44% a partir de los 40 años.

El deseo de consolidarse profesionalmente, el matrimonio tardío, las segundas nupcias, querer alcanzar una situación financiera más estable... son muchas algunas de las razones de tener un embarazo tardío. La edad media de la maternidad sigue aumentando en 2009.

[Leer más](#) [6]

**URL de origen:** <https://www.momandme.nestle.com/ya-tengo-40-y-quiero-un-hijo>

### Enlaces

[1] <https://www.momandme.nestle.com/ya-tengo-40-y-quiero-un-hijo>

[2] [https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.momandme.nestle.com/ya-tengo-40-y-quiero-un-hijo&media=https://www.momandme.nestle.com/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/tengo\\_40\\_anos\\_y\\_quiero\\_40\\_y\\_quiero\\_un\\_hijo!](https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.momandme.nestle.com/ya-tengo-40-y-quiero-un-hijo&media=https://www.momandme.nestle.com/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/tengo_40_anos_y_quiero_40_y_quiero_un_hijo!)

[3] <https://twitter.com/share?text=%C2%A1Ya%20tengo%2040%20y%20quiero%20un%20hijo%21&url=https%3A//www.momandme.nestle.com/ya-tengo-40-y-quiero-un-hijo>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.momandme.nestle.com/ya-tengo-40-y-quiero-un-hijo>

[5] <https://www.momandme.nestle.com/printpdf/7311>

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