



Mi embarazo de 39 semanas

EMBARAZO

ARTÍCULO

SEP 20, 2022

1 MIN

Descubre el desarrollo de tu bebé y los cambios que tendrá tu cuerpo.

Si aún tienes pendientes para la llegada de tu bebé, podrías estar a tiempo para resolverlos; recuerda la importancia de platicar con tu profesional de la salud para que te oriente sobre lo que sucederá durante el parto.

¿Qué pasa contigo?

- La cadera y espalda baja podría doler un poco, acomoda almohadas a la hora de dormir para estar lo más cómoda posible.
- Dormir sobre tu lado izquierdo, es la postura ideal para evitar que el peso de tu vientre presione tu hígado.

¿Qué pasa con tu bebé?

- Tu bebé podría estar en la postura indicada para el nacimiento.
- Sin importar su sexo, aparecen los brotes mamarios.
- Sus pulmones siguen madurando.

¿Qué hacer esta semana?

- Agenda tu última revisión con tu profesional de la salud.
- Repasa con tu pareja lo que aprendieron en el curso de psicoprofilaxis.

Ten presente que **en cualquier momento podrías entrar en labor de parto**, por lo que es recomendable que tengas lista una maleta con los documentos necesarios para el hospital, tus artículos de higiene personal, una muda de ropa para ti y una para tu bebé.