

¿Cómo saber cuántas semanas de embarazo tengo?



Saber cuántas semanas de embarazo tienes es un dato muy útil para hacerte una idea de cuándo va a nacer tu bebé y comenzar a prepararte.

Es cierto que hay muchas formas de calcular semanas de embarazo (algunas más prácticas que otras dependiendo de tu caso). A continuación, verás los métodos más comunes para salir de la duda y darle seguimiento al desarrollo de tu bebé.

¿Cómo saber cuantas semanas de embarazo tengo?



Existen al menos dos métodos que se pueden utilizar para conocer la condición de embarazo y así responder tu pregunta de “cómo saber cuantas semanas de embarazo tengo”.

Sin embargo, debes saber que la más fiable es acudir a un especialista médico que cuente con los conocimientos y tecnología necesaria.

Opción 1: Fíjate en la fecha de tu último periodo

Esta es la forma más sencilla y precisa de saber cuántas semanas tienes de embarazo. Solo necesitas contar cuántas semanas han pasado entre la fecha de tu último periodo y la fecha de hoy.

Ahora, es importante que prestes atención a detalles como el flujo y apariencia, ya que algunas mujeres sangran cuando están en embarazo, pero el aspecto del sangrado es distinto. Así evitarás confundirlo con tu menstruación regular.

Otro detalle importante es la duración de tu ciclo menstrual. Aquí influyen aspectos como tu edad y estado de salud, pero lo normal es que tu periodo ocurra cada 21-35 días.

Si llevas un control menstrual anotado, te será más fácil saber exactamente cuál es tu ciclo normal y esto es algo que restará o sumará días al momento de calcular semanas de embarazo.

Por ejemplo, suponiendo que tu último periodo fue el 1 de julio de 2021, entonces al 1 de agosto tendrías:

- 5 semanas de embarazo con un ciclo de 32 días.
- 5 semanas y 4 días de embarazo con un ciclo de 28 días.
- 6 semanas y 2 días de embarazo con un ciclo de 23 días.



Opción 2: Hazte una ecografía

Durante una ecografía, se mide la longitud del feto desde la corona hasta la parte posterior para calcular la fecha del parto o qué tan avanzado está el embarazo.

La primera ecografía se puede realizar a partir de la semana 6 de embarazo, aunque algunos doctores lo realizan únicamente a mujeres que presentan afecciones de riesgo.

Una opción más generalizada es el ultrasonido de datación, que puedes hacerte a partir de la semana 10 y te dará un panorama completo del crecimiento de tu bebé, su ritmo cardíaco, la fecha estimada del parto, y más.

El embarazo es un viaje emocionante en el que aprenderás mucho sobre cómo el ciclo de desarrollo de los bebés antes de nacer. Una buena idea para que no te olvides de nada es llevar un calendario de embarazo, donde puedes anotar las fechas importantes de tu gestación.