



## Concepción, embarazo y parto

### La concepción

El mecanismo por el que ocurre la concepción es el siguiente:

- Al final de la relación sexual, el semen del hombre es expulsado y queda en la vagina de la mujer.
- Dicho semen contiene millones de espermatozoides, los cuales nadan y se introducen a la matriz a través del conducto (cuello o cérvix).
- Viajan hasta el fondo de la matriz y luego pasan a las trompas de Falopio o tubas uterinas. Dependiendo del periodo del ciclo sexual de la mujer, uno o más óvulos pueden haber descendido por las tubas uterinas.
- Si los espermatozoides se topan con el óvulo, cerca del extremo de dicha trompa, uno de ellos puede penetrar en él. Cuando esto ocurre, se dice que el óvulo ha sido fecundado, y este es el momento de la **concepción**. El óvulo fecundado viaja entonces hacia el útero.
- Una vez en él, se alojará en la pared uterina para crecer y desarrollarse.

La **ovulación** es el proceso mediante el cual un ovario libera un óvulo maduro. Aunque su frecuencia puede ser muy variada, en la mujer es aproximadamente mensual. Por lo regular una mujer produce sólo un óvulo cada mes, y esto sucede 14 días antes de cada periodo menstrual. Si el óvulo no es fecundado, sólo vive unos dos días y posteriormente se produce la menstruación.

La **menstruación** o regla dura de tres a siete días y se presenta aproximadamente de 11 a 15 días después de la ovulación. Una vez concluida, vuelve a empezar el proceso: se maduran óvulos en el ovario, se libera un óvulo, y si no es fecundado se vuelve a dar la menstruación, cuando es regular, entre 25 y 28 días después.

Los días del ciclo menstrual se enumeran en forma progresiva a partir del primer día de sangrado hasta finalizar el día previo a la siguiente menstruación. La extensión de un ciclo menstrual normal es muy variable; el típico ciclo de 28 días representa únicamente del 13 al 15% de los ciclos de una mujer con menstruaciones



ovulatorias regulares; el 70% varía entre 25 y 31 días y el 17 al 19% a ciclos de mayor o menor duración.

La menstruación comienza normalmente entre los 10 y los 14 años, aunque puede presentarse también entre los 9 y los 18.

El **calendario del ciclo menstrual** se lleva así:

- Se cuentan 10 días a partir del primer día en que ocurre la regla. Por ejemplo, si la regla empezó el 5 de mayo se tendrán que señalar los días que van del 5 al 14 de ese mes. En estos días teóricamente no hay riesgo de embarazo.
- Los ocho días posteriores, es decir, del 15 al 22 de mayo, son los días en que habitualmente puede ocurrir el embarazo. Se recomienda, si es que no se quiere tener hijos, no tener relaciones sexuales.
- La tercera etapa, y última del ciclo, concluye un día antes de que baje nuevamente la regla. En este caso si la regla empieza el 1 de junio, es el día 31 de mayo cuando terminó tu ciclo. En estos días se supone que tampoco existe riesgo de embarazo.

Este método no es muy confiable para evitar el embarazo. El embarazo puede ocurrir en cualquier momento, ya que siempre existe la posibilidad de que la mujer esté ovulando u ovule como consecuencia añadida de la excitación sexual.

## **El embarazo**

### **Diagnóstico del embarazo**

El **embarazo** es el proceso de desarrollo del óvulo fecundado, que se localiza en los genitales femeninos. Se inicia con la concepción o fecundación y termina con el parto.

El primer signo es, generalmente, la falta de flujo menstrual, aunque esta falta puede obedecer a muchas otras causas. Seguidamente las mamas se endurecen, se vuelven dolorosas y los pezones se tornan de color más oscuro. También se presenta una necesidad más frecuente de orinar. Los mareos, las náuseas y vómitos pueden orientar a establecer el diagnóstico, pero son signos que admiten diversas



interpretaciones y, al igual que los antojos, los cambios de carácter, el rechazo a ciertos olores o la salivación abundante, se presentan también en muy diferentes situaciones patológicas.

El método de diagnóstico más seguro consiste en practicar una exploración ginecológica interna y externa. En cualquier caso, se puede recurrir al análisis de orina para detección de embarazo, que es una prueba más confiable. Cuando la prueba es positiva puede afirmarse que existe el embarazo con un margen de error ínfimo. Pero incluso cuando la prueba es negativa, puede existir embarazo, por eso conviene repetir el análisis transcurridas dos semanas.

De acuerdo con expertos, la mejor edad para que una mujer se embarace es entre los 20 y los 35 años, y el tiempo transcurrido entre el nacimiento de cada hijo debe ser de por lo menos dos años. Antes de los 20 años no es recomendable el embarazo porque el cuerpo en general puede no alcanzar todavía su madurez biológica y, sobre todo, porque la gran mayoría de los jóvenes no han acabado de madurar emocionalmente o simplemente continúan estudiando o tienen otras cosas que consideran más importantes que hacer. Asimismo, no se recomienda un embarazo posterior a los 35 años porque se ha comprobado que un número importante de malformaciones ocurren en hijos de madres de esa edad o mayores.

### **Desarrollo del feto**

El periodo de gestación dura unos 266 días. El futuro bebé pasará por tres etapas:

**Periodo embrionario.** Adquiere su forma definitiva. Se han empezado a definir rasgos físicos, sexo, órganos internos, etc. Es un periodo delicado, donde se pueden producir malformaciones por factores ambientales, aplicación de medicamentos y fármacos en general.

<b>MES</b>	<b>MEDIDA</b>	<b>PESO</b>	<b>DESARROLLO</b>
1°	1 cm	0.5 g	Nidación. Empieza a formarse una pequeña mora.
2°	4 cm	5 g	Se forma la placenta. La forma del embrión es parecida a la de un anfibio. El corazón empieza a latir.



3°	7 cm	20 g	Se dibuja el contorno de los dedos y de los genitales externos. Los párpados empiezan a abrirse.
----	------	------	--

**Periodo fetal.** Es la etapa de maduración, donde van creciendo cada una de las partes a su propio ritmo.

4°	15 cm	120 g	Los huesos se calcifican.
5°	23 cm	300 g	Crecen el cabello, el vello corporal y las uñas (las faneras)
6°	35 cm	1200 g	Las vísceras están madurando pero aún no son funcionales

**Periodo de maduración fetal.** Aumenta de tamaño, hay un importante consumo de proteínas que ayudan a desarrollar el cerebro de la criatura.

7°	40 cm	1600 g	Aumento de los depósitos de grasa con el consiguiente aumento de peso
8°	45 cm	2500 g	Continúa crecimiento y aumento de peso
9°	50 cm	3000 g	Alcanza la madurez fetal

Durante los nueve meses de embarazo el organismo materno sufre modificaciones importantes desde el punto de vista psicológico y fisiológico, y la pareja vive una situación desconocida.

## El parto

Determinación de la fecha probable de parto: fecha de la última regla, más siete días, más nueve meses.



El **parto** es la expulsión o la extracción del feto y sus anexos del útero materno. Se produce de una manera espontánea a partir de los 270 días de gestación, pero en algunos casos ~con el fin de evitar complicaciones diversas~ se recurre a la intervención quirúrgica (cesárea) provocando artificialmente la salida del feto.

¿Cuándo puede una mujer sospechar que se aproxima el momento del parto? En la última semana de gestación suele sentir cansancio y frecuente necesidad de orinar debido a la compresión que el feto ejerce sobre la vejiga. También puede presentar dolor en el vientre a causa de las contracciones del útero, que se hacen más energéticas y más frecuentes.

El parto se inicia con la dilatación del cuello uterino. Para que ésta se produzca tienen lugar contracciones dolorosas del útero cuya frecuencia e intensidad aumentan paulatinamente. En principio son de corta duración con pausas largas (15 a 20 minutos). La *fuentes* ~membrana que envuelve al feto y al líquido amniótico en el que sobrenada~ generalmente se rompe después de que las contracciones dolorosas han comenzado. Finalmente las contracciones tienen una frecuencia de 2 a 3 minutos y su presión se ejerce sobre el feto, que es impulsado hacia el exterior a través del canal del parto (parte inferior del útero y conducto vaginal).

El trabajo de parto puede durar entre 12 y 18 horas si es el primero, y entre 8 y 12 horas o menos si la mujer ha tenido otros partos antes. Es muy raro que dure más de 24 horas. Por lo tanto, si el parto se alarga mucho puede ser porque la cabeza no quepa a través de los huesos pélvicos de la madre o que su presentación viene de nalgas y no puede salir, o por otros motivos.

El parto termina cuando se expulsa la placenta, generalmente en los 5 o 10 minutos siguientes a la salida del feto.

La etapa posterior al parto se denomina **puerperio**. El organismo de la madre regresa al estado previo al embarazo. Este periodo puede durar de 4 a 5 semanas.