

# Embarazo a término – qué es, cómo calcular – Reproducción

**Embarazo a término** es el período del embarazo en el que el bebé está listo para nacer, debido a la maduración de los órganos y, principalmente, del sistema respiratorio. En el pasado, el embarazo se consideraba un “término” de 37 a 41 semanas, es decir, se creía que en un período de cinco semanas los recién nacidos tenían los mismos resultados de salud.

Actualmente, la designación de este período ha sido modificada por organismos internacionales de obstetricia, con base en estudios que identificaron variaciones neonatales, especialmente la capacidad respiratoria del bebé, en ese período previamente considerado término.

En vista de estas observaciones, **El embarazo se considera a término desde las 39 semanas completas hasta las 40 semanas y 6 días de gestación.** Además, existe una nueva nomenclatura para el período en el que el embarazo se considera un término y sus variaciones en el tiempo a partir de las 37 semanas de gestación. Son ellas:

1. Plazo inicial: 37 semanas completas a 38 semanas y 6 días;
2. Término completo o término completo: 39 semanas completas a 40 semanas y 6 días;
3. Plazo final: 41 semanas completas a las 41 semanas y 6 días;
4. Post-término: 42 semanas completas y más.

## Cómo calcular el período exacto de embarazo.

Es importante conocer la duración exacta del embarazo, para

que el término no se considere fuera del término real y, por tanto, los partos inducidos no se realicen de forma prematura o post término.

**La gestación dura un promedio de 40 semanas (280 días)** desde el primer día del último período menstrual normal (UPMN) hasta la fecha estimada de parto. Por tanto, los casos en los que existen pequeñas variaciones en el conteo son aquellos en los que la mujer recuerda exactamente el día de su última menstruación antes del embarazo, su ciclo es regular y no hay uso de anticonceptivos hormonales. Para convertir en semanas, el número de días que han pasado hasta la fecha de conteo se divide por 7.

Pero, si la mujer no recuerda esa fecha, es posible realizar los cálculos estimados de la siguiente manera:

A) Cuando la mujer no recuerda la fecha, pero recuerda el período en el que ocurrió la última menstruación, se considera el día 5 al comienzo del mes, el día 15 a la mitad del mes y el día 25 al final. Han pasado días desde esa fecha estimada y se divide por 7 para convertirlos en semanas.

B) En los casos en que la mujer no recuerde la fecha o el período de la última menstruación, el médico medirá la edad gestacional después de observar los siguientes parámetros:

- Medición de la altura del fondo del útero mediante tacto vaginal. Estos parámetros clínicos pueden predecir las semanas, porque hasta las 6 semanas no hay cambios en el tamaño uterino, en 8 el tamaño del pliegue, en 10 semanas se triplica y en 12 el útero se puede sentir en toda la pelvis (pelvis).
- Información sobre la fecha de inicio de los movimientos del feto percibidos por la madre, ya que ocurren en promedio entre las 18 y 20 semanas de gestación.
- Medición del feto y verificación de su desarrollo esperado para cada semana, mediante ecografía

obstétrica.

## Riesgos de que un niño nazca fuera del término del embarazo

El período pretérmino, en el que el parto se considera prematuro, ocurre entre las 22 y las 38 semanas, según la nueva designación. Los nacimientos en esa fecha pueden ocasionar problemas respiratorios, neuromotores, visuales y auditivos, entre otros, al recién nacido. Por tanto, se debe hacer un seguimiento de los embarazos con riesgo de parto prematuro y la embarazada debe seguir todas las recomendaciones médicas para evitarlo.

Sin embargo, después de las 42 semanas también existen riesgos para el bebé y la madre, ya que existe una mayor probabilidad de partos con rotura y distorsión, además de una desproporción entre el tamaño del feto y / o su cráneo y el canal del parto. que puede causar sufrimiento e incluso muerte fetal y materna durante el parto. Por lo tanto, una vez finalizado el embarazo, el seguimiento médico debe ser semanal hasta el parto.

### Referencias:

MATTHES, Ângelo do Carmo Silva. Embarazo prolongado: subvenciones de la literatura médica para una defensa. **Femina**, v. 38, n. 8 de 2010.

MINISTERIO DE SALUD. Secretaría de Atención a la Salud, Departamento de Atención Primaria. **Atención a la atención prenatal de bajo riesgo**. Brasilia: Ministerio de Salud; 2012. Disponible en

SPONG, Catherine Y. Definición de embarazo a término: recomendaciones del grupo de trabajo Definición de embarazo a término. **Jama**, v. 309, n. 23, pág. 2445-2446, 2013.