

Sentir que tu bebé se mueve es una señal de que está bien

La mayoría de las mujeres y de las personas que dan a luz empiezan a sentir que su bebé se mueve entre la semana 16 y la 24 del embarazo.

No hay un número fijo de movimientos normales. Cada bebé es diferente.

A partir de entre la semana 16 y la 24, deberías sentir que tu bebé se mueve cada vez más hasta la semana 32.

A partir de ese momento, los movimientos deberían mantenerse más o menos igual hasta que des a luz y también durante el parto.

¿Por qué son importantes los movimientos de mi bebé?

A veces, un bebé que se mueve menos no está recibiendo suficiente oxígeno. Algunos bebés que se mueven menos son mortinatos (esto quiere decir que mueren antes de nacer).

Así que es importante hacer una revisión lo antes posible, incluso si tu embarazo ha sido sencillo o si no has tenido problemas anteriormente.

¿Y si mi bebé se mueve menos después de haberme hecho una revisión?

Ponte en contacto con tu unidad de maternidad de inmediato.

Hazlo incluso si te han visto ese mismo día o si hace poco que te dijeron que tu bebé estaba bien.

Hazte una revisión siempre, sin importar cuántas veces ocurra.

No estoy segura de los movimientos, pero simplemente siento que algo está mal. ¿Qué debería hacer?

Tú eres quien mejor conoce tu cuerpo y tu embarazo.

Si sientes que algo está mal, ponte en contacto con tu unidad de maternidad y diles que vas a ir. Deberías hacer esto incluso si no puedes explicar exactamente por qué sientes que algo está mal.



Llama a tu unidad de maternidad y ves a hacerte una revisión de inmediato si:

- tu bebé se mueve menos de lo normal
- los movimientos parecen más débiles de lo normal
- los movimientos han parado

- **No esperes hasta el día siguiente para hacerte una revisión.** La unidad de maternidad está abierta 24 horas al día, 7 días a la semana. Puedes llamar para que te hagan una revisión a cualquier hora del día o de la noche.

Si estás lejos de casa, puedes ponerte en contacto con cualquier unidad de maternidad.

- **No hagas** nada para intentar hacer que tu bebé se mueva.
- **No utilices** dispositivos Doppler fetales domésticos, monitores portátiles o aplicaciones para móviles para comprobar el latido de tu bebé. Incluso si oyes un latido, esto no significa que tu bebé esté bien.

Sigue leyendo sobre los movimientos de tu bebé durante el embarazo



¿Qué ocurrirá cuando me hagan una revisión en el hospital?

Si no te hacen estos controles y estas pruebas, deberías pedirlos. Muestra este folleto a tu matrona o a tu médico.

Si tu médico o tu matrona quiere hacer controles distintos, debería explicarte la razón médica para ello. Aun así, también puedes solicitar los controles y las pruebas de este folleto.

Entre la semana 24 y la 26 del embarazo

Una matrona o un médico:



escuchará el latido de tu bebé



te hará preguntas sobre los movimientos de tu bebé



tomará tu tensión arterial



te hará un análisis de orina



medirá el tamaño de tu barriguita

A partir de la semana 26

Una matrona o un médico **también**:



observará la frecuencia cardíaca de tu bebé y sus movimientos utilizando un monitor CTG —un aparato que se sujeta a tu vientre con una correa y muestra el latido de tu bebé—.



¿Qué ocurrirá después?

Si tu médico o matrona tiene alguna preocupación, hablará contigo sobre lo que debería ocurrir después.

No te deberían enviar a casa hasta que:

- los movimientos de tu bebé te tranquilicen
- alguna prueba muestre que tú y tu bebé estáis bien en ese momento

Si las pruebas indican algún problema, no deberían enviarte a casa sin un plan claro.

Agradecemos su apoyo para la elaboración de este folleto a las siguientes organizaciones:



Comentarios a pregnancyinfo@tommys.org

Tommy's es la organización sin ánimo de lucro registrada
No. 1060508 y SC039280

Revisado en enero de 2026. Próxima revisión en enero de 2029

Más información en
www.tommys.org/pregnancy-information