

# Sentir al bebé moverse es señal de que está bien.

La mayoría de las mujeres suelen empezar a sentir al bebé moverse entre la semana 16 y 24 de embarazo. Los movimientos del bebé pueden describirse como patadas, agitaciones, meneos o contoneos. El tipo de movimiento puede cambiar a medida que avance el embarazo.



## ¿Con qué frecuencia debería moverse mi bebé?

No existe un número fijo de movimientos normales.

**El bebé tendrá su propio patrón de movimientos y usted acabará conociéndolo.**

Entre la semana 16 y la 24, debería sentir cada vez más los movimientos del bebé hasta la semana 32, cuando se estabilizará hasta el momento del parto.



NO es verdad que los bebés se muevan menos hacia el final del embarazo.



Debería continuar notando los movimientos del bebé cuando se ponga de parto y también durante el parto.

**Conozca el patrón normal de movimientos del bebé.**

# NO ESPERE al día siguiente para pedir consejo médico si está preocupada por los movimientos de su bebé.



Si cree que los movimientos de su bebé se han ralentizado o detenido, contacte **inmediatamente** con su matrona o con el servicio de maternidad (operativo las 24 horas del día, todos los días del año)

- No posponga la llamada hasta el día siguiente para saber lo que sucede.
- No se preocupe por llamar; es importante que sus médicos y matronas sepan que los movimientos de su bebé se han ralentizado o interrumpido.



## ¿Por qué son importantes los movimientos de mi bebé?

Una reducción en los movimientos del bebé puede ser a veces una señal de alerta importante de que el bebé está enfermo. Dos de cada tres mujeres que han tenido un mortinato percibieron ralentización o interrupción de los movimientos de su bebé.



No utilice ningún monitor portátil, Doppler o aplicaciones móviles para comprobar el latido cardíaco de su bebé. Aunque detecte el latido cardíaco, esto no quiere decir que el bebé esté bien.

**¿Y ahora qué? Véase la página siguiente.**



## ¿Y si los movimientos de mi bebé vuelven a reducirse?

Si tras su chequeo usted sigue sin estar tranquila respecto a los movimientos de su bebé, contacte directamente con su matrona o con el servicio de maternidad aunque en la última visita haya salido todo bien.

**No dude nunca en contactar con su matrona o con el servicio de maternidad, no importa las veces que lo haga.**

*Si desea más información sobre los movimientos del bebé, hable con su matrona.*

Contact details:



*Version 1, published in Jan 2016 by NHS England and Tommy's under the Tommy's accredited production process ([www.tommys.org/informationstandard](http://www.tommys.org/informationstandard)).  
Review date: Jan 2019*

### Sources and acknowledgements

The information in this leaflet is based on RCOG Green-top Guideline No. 57 *Reduced Fetal Movements* (2011) and RCOG Patient Information Leaflet *Your baby's movements in pregnancy: information for you* (2012).

Thank you to the following organisations for supporting the development of this leaflet

