



## Creciendo juntos

32 semanas

### Su bebé

Su bebé se parece más a un recién nacido ahora. Sus brazos, sus piernas y su cuerpo siguen creciendo y engordando. Finalmente están en proporción con el tamaño de su cabeza.

- Tiene suficiente grasa corporal debajo de la piel, por lo que esta se ve ahora suave y saludable.
- Aparecen pequeños brotes de tetillas en el pecho y sus uñas han crecido hasta la punta de los dedos.
- Sus pulmones todavía no están maduros, pero controla mejor la respiración. Puede succionar y tragar. ¡Muchos bebés pasan mucho tiempo chupándose el dedo en esta etapa!
- Aunque la vista de su bebé es borrosa en este momento, puede sentir la diferencia entre la luz y la oscuridad. Cuando llegue a término, podrá ver formas y colores brillantes.
- Su bebé le escucha y también el funcionamiento de su cuerpo. Puede escuchar los ruidos de su estómago y el latido de su corazón, además de voces y sonidos del exterior.
- Tiene muchas papilas gustativas en la lengua, muchas de las cuales desaparecerán antes del parto. Ahora puede diferenciar con facilidad lo dulce de lo amargo.



*Su bebé pesa ahora aproximadamente entre 2¾ a 4 libras (1,247 a 1,814 k) y mide unas 16½ pulgadas (40,6 cm) desde la coronilla a la rabadilla.*

### Los cambios en usted

- Es posible que usted sienta que el vínculo afectivo hacia su bebé crece más intensamente cada día. Con un desarrollo cerebral más complejo y su capacidad para escuchar, puede comunicarse con usted. Otras personas pueden sentirse cautivadas al ver cómo le responde.

- Las patadas son ahora más fuertes y puede sentir las debajo de su caja torácica. Sentarse o acostarse en una posición durante bastante tiempo podría ser incómodo.
- Otras molestias tales como el estreñimiento, la transpiración, la dificultad para respirar y el incremento en la necesidad de orinar son todos avisos de que su bebé está creciendo.
- La acidez gástrica es una queja común. Piense en ingerir comidas pequeñas con mayor frecuencia y no coma dos horas antes de ir a dormir. Apóyese en la cama en vez de acostarse completamente horizontal. Intente evitar cualquier alimento que le dé la sensación de ardor. Con frecuencia estos síntomas desaparecen durante las últimas semanas del embarazo, cuando el bebé se coloca en posición de parto.

## ¿Preguntas?

Sus preguntas son importantes. Si tiene preguntas sobre el crecimiento de su bebé y los cambios en su cuerpo, hable con su proveedor de atención a la salud en su próxima visita a la clínica.

## Growing Together

32 weeks

### Your Baby

Your baby looks more like a newborn now. Her arms, legs, and body continue to fill out. They are finally in proportion to the size of her head.

- She has enough body fat under her skin to make her skin look smooth and healthy.
- Small nipple buds appear on the chest and her nails have grown to the tips of her fingers.
- Her lungs are still not mature, but she has better control of breathing. She can also suck and swallow. Many babies spend a lot of time sucking their thumbs at this age!
- Although your baby's vision is blurred right now, she can sense the difference between light and dark. By the time she is full-term, your baby will be able to see shapes and bright colors.
- Your baby hears you and your working body. She can hear your stomach rumble and your heart beat, along with voices and sounds on the outside.
- She has lots of taste buds on her tongue, many of which will disappear before birth. She can easily tell the difference between sweet and sour now.



*Your baby now weighs about 2¾ to 4 pounds and is about 16½ inches long from head to toe.*

### Changes in You

- You may feel your attachment to your baby growing stronger every day. With more complex brain development and her ability to hear, she is able to communicate with you. Others may be drawn to how she responds to you.

- Kicks are much stronger now and you may feel them under your ribcage. Sitting or lying in one position for very long may be uncomfortable.
- Other discomforts such as constipation, sweating, difficulty breathing, and increased need to urinate are all reminders your baby is growing.
- Heartburn is a common complaint. Think about eating small meals more often and avoid eating less than 2 hours before bedtime. Prop up in bed rather than lying flat. Try to avoid any foods that give you a burning sensation. These symptoms often go away in the last couple of weeks of pregnancy, when the baby moves down into the birth position.

## Questions?

Your questions are important. If you have questions about your baby's growth and your changing body, talk with your health care provider at your next clinic visit.