

GUÍA ESENCIAL: ¿QUÉ ESPERAR DE TUS ECOGRAFÍAS DURANTE EL embarazo?



¿Qué vas a ver? ¿Qué sentir? ¿Qué esperar?

Tranquila. Las ecografías no solo son
médicas.

Son momentos para conectar, emocionarte,
y a veces, llorar de nervios o alegría.

Y si te abruman... no pasa nada. A todas nos
pasa.



1. ¿Qué es una ecografía y para qué sirve?

La ecografía es una técnica de imagen que utiliza ultrasonido para observar el desarrollo del bebé. No duele, no es invasiva y es una herramienta fundamental para el seguimiento del embarazo.

Sirve para

Confirmar el embarazo

Calcular la edad gestacional

Revisar el crecimiento y bienestar del bebé

Detectar posibles anomalías

Escuchar el latido cardíaco

2. Las ecografías más importantes por trimestre

Primer trimestre (semanas 6 a 12):

Ecografía de viabilidad (6-8 semanas): Confirma el embarazo dentro del útero y detecta el latido cardíaco.

Ecografía de datación (8-12 semanas): Establece la edad gestacional y la fecha estimada de parto. Se valora si hay un solo bebé o embarazo múltiple.

Segundo trimestre (semana 20 aprox.):

Ecografía morfológica: Es una de las más importantes. Se revisa la anatomía del bebé (órganos, columna, extremidades, etc.), la placenta, el cordón umbilical y el líquido amniótico. También puede revelar el sexo del bebé.

Tercer trimestre (semana 32-36):

Ecografía de control de crecimiento: Evalúa si el bebé está creciendo bien, su posición y si todo sigue su curso de forma adecuada. También se comprueba el flujo sanguíneo y el estado de la placenta.

3. ¿Qué puedes ver y sentir en cada una?

- Las primeras ecografías pueden ser por vía vaginal (hasta semana 10).
- Verás una figura muy pequeña al inicio y un feto completamente formado hacia la semana 12.
- Escuchar el latido por primera vez suele ser un momento muy emocionante.
- A medida que crece, podrás ver su carita, movimientos y hasta cómo se chupa el dedo.



Consejo emocional

A veces puede generar ansiedad ir a una ecografía. Es normal. Puedes llevar a alguien contigo si te hace sentir más segura.

4. Preguntas frecuentes sobre ecografías



•¿Cuántas ecografías son obligatorias?

Al menos 3 (una por trimestre), aunque pueden hacerse más si el médico lo considera necesario.

•¿Duelen?

No. Son indoloras.

•¿Pueden detectar problemas?

Sí, pero también pueden prevenir complicaciones con un seguimiento a tiempo.

•¿Puedo pedir una ecografía 4D?

Sí, pero suele ser opcional y no siempre está incluida en el control médico estándar.

5. Recomendaciones antes de una ecografía

- Llega con tiempo y trata de estar tranquila.
- Bebe agua antes si te lo indican (sobre todo en las primeras).
- Lleva tus estudios anteriores y anota dudas que quieras hacer.



6. Recordatorio final

Las ecografías son una herramienta para cuidar de ti y de tu bebé. No temas hacer preguntas, expresar tus emociones y vivir ese momento a tu manera.

Cada ecografía es una oportunidad para conectar y celebrar el milagro que estás viviendo.



BONUS EXTRA

Un consejo antes de tu próxima ecografía

Como enfermera (y futura mamá), sé que cada ecografía es un subidón de emociones... pero también de nervios, dudas y muchas expectativas.

- Respirá profundo. No hay una forma correcta de vivirlo. Estés emocionada, ansiosa o con miedo: todo lo que sientes válido.

- Si hay algo que no entiendes, que te preocupa o simplemente quieres hablar con alguien que también está transitando este camino, escribime un mensaje privado por Instagram **@dianabonachela**.

Estoy ahí para lo que necesites, como enfermera y como madre, desde lo humano y lo real. Sin juicios.

¿Quieres seguir informada y sentirte acompañada en esta etapa?

Sumate a nuestra tribu en Instagram
@DianaBonachela

Aquí compartimos lo que nadie cuenta, hablamos sin filtros y creamos un espacio seguro donde ser mamá no significa tener que poder con todo.