

Conoce cómo puedes calcular la edad gestacional y la fecha posible de parto.

Aquí podrás encontrar

- [Embarazo](#)
- [Diagnóstico prenatal](#)
- [Embarazo semana a semana](#)
- [Ovulación](#)
- [Síntomas de embarazo](#)
- [Parto](#)
- [Consejos para quedar embarazada](#)
- **Calcular embarazo**

¿Cómo calcular el embarazo?

El [embarazo](#) tiene una duración aproximada de 40 semanas o 280 días (diez meses lunares de 28 días cada uno). Para que tengas una fecha aproximada del parto, **hay que añadir 9 meses y una semana a la fecha de la última menstruación**. Por ejemplo: si tu última regla fue el 15 de septiembre, la fecha posible de [parto](#) será el 22 de junio de 2021.

La denominada **Regla de Naegele** (apellido del obstetra que la desarrolló en el siglo XIX) tiene en cuenta los siguientes parámetros:

- La duración de 40 semanas o 280 días del embarazo.
- El ciclo menstrual habitual dura 28 días.
- La ovulación se produce el día 14 del mes o cerca.

Existen innumerables gestogramas o herramientas para calcular la fecha de parto y las semanas de gestación. También algunos **test de embarazo** muestran de cuántas semanas estás en las primeras semanas, ya que miden en la orina el nivel de la hormona gonadotropina coriónica humana (GCH) propia del embarazo.

Pero sin duda la [ecografía](#) es la prueba irrefutable para conocer en qué momento del embarazo te encuentras y que sea el propio ginecólogo quien determine de cuántas semanas estás embarazada y cuál es la posible fecha de parto.

No obstante, también hay que tener en cuenta que menos del 5% de los bebés nacen en la fecha de parto determinada por diversos motivos, y que muchos nacen antes de la semana 37, por lo que se considerarían "prematuros".

Si no tienes ciclos menstruales regulares

Muchas mujeres no tienen ciclos menstruales regulares por causas como el Síndrome de Ovario Poliquístico, insuficiencia ovárica prematura, fibromas uterinos o trastornos de la alimentación, entre otros, de ahí que sea más complicado conocer la fecha de la última menstruación y poder determinar las semanas de embarazo.

Para eso se realiza la ecografía del primer trimestre (aproximadamente en la semana 10-12 de gestación), donde se determinará exactamente las semanas de embarazo en función de diversos elementos como la longitud embrionaria.

¿No sabes cuándo te has quedado embarazada?

Lo habitual no es acordarse de la fecha exacta en la que te quedaste embarazada, de ahí que los ginecólogos y especialistas utilicen la fecha de la última menstruación como indicador para conocer la edad gestacional.

Contenido relacionado

- [Embarazo](#)

