

# Convertir Meses a Semanas

1 Meses = 4.3482 Semanas 10 Meses = 43.4821 Semanas 2500 Meses = 10870.54 Semanas 2 Meses = 8.6964 Semanas 20 Meses = 86.9643 Semanas  
5000 Meses = 21741.07 Semanas 3 Meses = 13.0446 Semanas 30 Meses = 130.45 Semanas 10000 Meses = 43482.14 Semanas 4 Meses = 17.3929 Semanas  
40 Meses = 173.93 Semanas 25000 Meses = 108705.35 Semanas 5 Meses = 21.7411 Semanas 50 Meses = 217.41 Semanas 50000 Meses = 217410.71 Semanas  
6 Meses = 26.0893 Semanas 100 Meses = 434.82 Semanas 100000 Meses = 434821.42 Semanas 7 Meses = 30.4375 Semanas 250 Meses = 1087.05 Semanas  
250000 Meses = 1087053.54 Semanas 8 Meses = 34.7857 Semanas 500 Meses = 2174.11 Semanas 500000 Meses = 2174107.08 Semanas  
9 Meses = 39.1339 Semanas 1000 Meses = 4348.21 Semanas 1000000 Meses = 4348214.17 Semanas

Incrustar este conversor en tu página o blog, copiando el siguiente código HTML:

## Semanas en el mes | ¿Cuántas semanas tiene un mes?

### Cálculo de semanas en un mes

Durante 31 días en un mes:

$(31 \text{ días}) / (7 \text{ días / semana}) = 4.4286 \text{ semanas} = 4 \text{ semanas} + 3 \text{ días}$

Durante 30 días al mes:

$(30 \text{ días}) / (7 \text{ días / semana}) = 4.2857 \text{ semanas} = 4 \text{ semanas} + 2 \text{ días}$

Durante 28 días al mes:

$(28 \text{ días}) / (7 \text{ días / semana}) = 4 \text{ semanas}$

Durante 29 días al mes:

$(29 \text{ días}) / (7 \text{ días / semana}) = 4.1429 \text{ semanas} = 4 \text{ semanas} + 1 \text{ día}$

### Tabla de semanas en un mes

# Nombre del mes Días en el Mes Semanas en el Mes 1 enero 31 días 4 semanas + 3 días 2 febrero 28 días (año común) 29 días (año bisiesto) 4 semanas 4 semanas + 1 día 3 marzo 31 días 4 semanas + 3 días 4 abril 30 días 4 semanas + 2 días 5 Mayo 31 días 4 semanas + 3 días 6 junio 30 días 4 semanas + 2 días 7 julio 31 días 4 semanas + 3 días 8 agosto 31 días 4 semanas + 3 días 9 septiembre 30 días 4 semanas + 2 días 10 octubre 31 días 4 semanas + 3 días 11 noviembre 30 días 4 semanas + 2 días 12 diciembre 31 días 4 semanas + 3 días

\* año bisiesto = 2016/2020/2024 ...

### Ver también

- Semanas en el año
- Horas en el año
- Días en el año
- Meses del año
- Segundos en el año
- Calculadoras de tiempo

## 4 meses de embarazo cuantas semanas son

Tabla de contenidos

- Cambios en el bebé en el cuarto mes de embarazo
- Cambios en la madre en el cuarto mes de embarazo
- Pruebas médicas en el cuarto mes de embarazo
- Cómo es el cuarto mes de embarazo
- Cuidado prenatal en el cuarto mes de embarazo
- El desarrollo del bebé durante el cuarto mes de embarazo
- Las etapas del embarazo y desarrollo del bebé mes a mes
- El desarrollo del feto en el cuarto mes de embarazo: semanas 15 a 18
- El cuarto mes de embarazo semana a semana
  - Semana 15 de embarazo
  - Semana 16 de embarazo
  - Semana 17 de embarazo
  - Semana 18 de embarazo
  - ¿Quieres saber más curiosidades?
- ¿Qué sucede durante las semanas 13 y 14?
- ¿Qué sucede durante las semanas 15 y 16?
- ¿Cuáles son los síntomas del embarazo en el cuarto mes?

- Síntomas del cuarto mes de embarazo
  - - Cambios físicos
    - Cambios psicológicos
    - ¿Es recomendable comer pescado en el embarazo?
  - Cambios en el hijo en el cuarto mes de gestación
- El extraño caso de la bebé colombiana que nació «embarazada» con el feto de su hermano gemelo
- Fetus in fetu
- Un gemelo «parásito»
- Cesárea al poco de nacer
  - Artículos Relacionados:

Una vez superado el primer trimestre de embarazo en el que se producen una gran cantidad de cambios en el cuerpo de la mujer viene una etapa igual de apasionante pero menos intensa en cuanto a molestias en el embarazo.

Afortunadamente, entrando en el cuarto mes de embarazo algunas de las molestias más típicas como náuseas y vómitos comienzan a disminuir y con suerte, a desaparecer.

El cuarto mes de embarazo comprende entre las semanas 15 a 18 de gestación y con ellas entramos en el segundo trimestre de embarazo. Se dice que es el que la mujer más disfruta pues sufre menos molestias y el tamaño de la tripa todavía no es demasiado acusado como para afectar las tareas cotidianas.

## Cambios en el bebé en el cuarto mes de embarazo

El aspecto del bebé en el útero materno es igual al de un bebé recién nacido pero pequeño. Cabe en la palma de una mano y pesa entre 100 y 200 gramos. En el cuarto mes de embarazo mide aproximadamente entre 10 cm y 15 cm desde la coronilla hasta la rabadilla. Su cuerpo empieza a crecer más proporcionado, la cabeza ya no representa el doble de su cuerpo como en las primeras semanas.

Los órganos sexuales externos ya pueden distinguirse con claridad por medio de una ecografía. Siempre que la posición del pequeño lo permita, si es un niño se harán visibles el pene y el escroto, mientras que si es niña podrá verse la vulva.

Los sentidos del bebé están en pleno desarrollo. Reacciona ante la luz, puede comenzar a oír los sonidos provenientes del exterior como voces, música o ruidos muy fuertes. Tu voz es uno de los primeros sonidos que reconoce por lo que puedes empezar a comunicarte con tu bebé hablándole suavemente y estimulándolo con música relajante. También comienza a distinguir diferentes sabores dentro del líquido amniótico que va tragando y reacciona ante estímulos táctiles.

Su esqueleto comienza a endurecerse y el bebé empieza a hacer movimientos amplios dentro de la tripa. Es posible que hacia finales del cuarto mes comiences a vivir la maravillosa experiencia de sentir al pequeño moviéndose dentro tuyo.

## Cambios en la madre en el cuarto mes de embarazo

Como nos comentaba Mireia, el tercer mes es un período en el que las emociones son muy intensas pudiendo pasar del llanto a la risa en apenas segundos. En el cuarto mes las emociones parecen estabilizarse dando lugar a unas semanas más tranquilas. El miedo a perder el embarazo comienza a disiparse pues los órganos vitales del pequeño ya están formados disminuyendo notablemente las posibilidades de que se produzca un aborto espontáneo.

Por su parte, las primeras pataditas brindan mayor confianza a la mujer, haciéndole sentir que su bebé se mueve allí dentro. Las primerizas suelen comenzar a sentir los movimientos entre la semana 18 y 20, ya en el quinto mes, pero si has tenido más hijos es probable que los movimientos del bebé dentro del vientre comiencen a sentirse antes, entre las semanas 16 y 18 debido a que las paredes del útero y las paredes abdominales tienen menor tono muscular.

Al principio se siente como una especie de “aleteo” o “burbujeo” que pueden confundirse con gases, pero luego dan lugar a movimientos más notorios.

La tripa de la embarazada va tomando forma y volumen en el cuarto mes. La barriga es cada vez más notoria, especialmente al final del día. Seguramente, la ropa que usabas hasta ahora ya no te quepa y sea casi imposible disimular la incipiente curva que se forma en el bajo vientre.

Si en el primer trimestre casi no has aumentado de peso, es ahora cuando comenzarás a ganar algunos kilos. El promedio de diferencia de peso entre el comienzo del embarazo y al finalizar el cuarto mes es de aproximadamente 4 o 5 kg.

## Pruebas médicas en el cuarto mes de embarazo

Alrededor del cuarto mes de embarazo y una vez realizada la ecografía de la semana 12 en la que se mide la translucencia nuchal, se realiza la prueba llamada Triple Screening. Consiste en un análisis de sangre en el que se analizan los valores de tres proteínas que al estar aumentados pueden alertar sobre posibles anomalías cromosómicas en el bebé.

Por su parte, también normalmente es partir de la semana 16 cuando se realiza la amniocentesis, hasta el momento la única prueba que detecta con fiabilidad la existencia de anomalías cromosómicas o metabólicas en el bebé como el Síndrome de Down, el Síndrome de Edwards o de Patau. Es una prueba invasiva que se realiza introduciendo una aguja en la tripa de la madre para extraer una muestra de líquido amniótico y analizar el ADN del bebé.

La amniocentesis se realiza (o se da la opción a realizarla) en embarazos de riesgo: cuando la madre es mayor de 35 años, cuando existen antecedentes de alteraciones genéticas o cuando el triple screening o la ecografía detectan alguna señal de riesgo.

En Bebés y más | Calendario de embarazo: de la semana 13 a la semana 16, Calendario de embarazo: de la semana 17 a la semana 20, ¿Cuándo comienzan a sentirse los movimientos del bebé en la tripa?

El cuarto mes del embarazo marca el inicio del segundo trimestre del embarazo. Está marcado por la tranquilidad, ya que desaparece el miedo a perder el bebé, ya que los abortos espontáneos marcan el inicio del tercer trimestre.

primeros movimientos fetales o patadas del bebé se suelen notar entre la semana 16 y 18 cuando se trata del segundo embarazo o posteriores y alrededor de la semana 19 o 20 cuando se trata del primer embarazo.

## **Cómo es el cuarto mes de embarazo**

En esta etapa del embarazo, el desarrollo del bebé avanza, y el feto se mueve, patea, traga, y puede oír las voces del exterior. su piel es rosada y transparente. El cordón umbilical continúa creciendo y ampliándose para llevar suficiente alimento de la madre al feto.

La futura mamá sentirá más apetito a medida que las molestias propias del primer trimestre del embarazo, como las náuseas matutinas y los vómitos, van desapareciendo. Durante el segundo trimestre del embarazo, la embarazada podrá disfrutar plenamente de su embarazo ya se sentirá con más energía, podrá lucir su barriguita, pero no se sentirá tan pesada como en el tercer trimestre del embarazo. Gracias a esta agilidad podrá aprovechar para hacer ejercicio suave y llevar una vida llena de bienestar.

Hacia el final del cuarto mes de embarazo, (16-20 semanas), probablemente sentirá, por primera vez, un leve movimiento del bebé. Es recomendable decírselo al médico, ya que es un indicativo de buena salud. La barriga está ahora en pleno crecimiento, prepara tu fondo de armario, ya que a partir del cuarto mes de embarazo probablemente necesitarás ropa premamá y sostenes de una talla más grande.

## **Cuidado prenatal en el cuarto mes de embarazo**

Una vez formado el bebé, a partir del cuarto mes del embarazo empieza el crecimiento del bebé y desarrollo de todas sus estructuras vitales. Por este motivo, la alimentación de la mujer embarazada es fundamental y debe estar provista de todos los nutrientes que necesita el bebé. Los requerimientos de algunos de estos nutrientes, como el hierro, que es necesario para la formación de la hemoglobina de la sangre, son difíciles de obtener solamente con la alimentación.

Por tanto, durante el exámen prenatal del cuarto trimestre del embarazo, tu médico prestará especial atención a tus niveles de hierro, para descartar una posible anemia en el embarazo. Es posible que recomiende la toma de hierro a través de suplementos.

Respecto a tu peso, empezarás a notar un incremento de peso en el embarazo de aproximadamente 200 gramos por semana. Las pruebas prenatales del cuarto mes de embarazo son la prueba de alfa-proteína (AFP) para detectar defectos del tubo neural, que se hará de la semana 16 a la 18. En la ecografía de cuarto mes de embarazo, es posible que se aprecie ya el sexo del bebé, debido a sus órganos genitales están formados.

## **El desarrollo del bebé durante el cuarto mes de embarazo**

El tamaño del bebé es pequeño aún, pues en el cuarto mes de embarazo, el bebé comienza su desarrollo, pero se parece ya a un recién nacido porque su cuerpo empieza a crecer proporcionado y su cabeza ya no representa el doble de su cuerpo como en las primeras semanas. En esta importante etapa del embarazo pesa entre 100 y 200 gramos y mide aproximadamente entre 10 cm y 15 cm.

En esta importante etapa del embarazo, los sentidos del bebé están en pleno desarrollo. Sus ojos empiezan a reaccionar ante la luz, y sus oídos pueden percibir los sonidos externos. La voz materna es uno de los primeros sonidos que reconoce y, por tanto, se puede comenzar a hablar suavemente con el bebé y a estimularle con música relajante. También comienza a distinguir diferentes sabores dentro del líquido amniótico que va tragando y reacciona ante estímulos táctiles.

Su esqueleto comienza a endurecerse y el bebé empieza a hacer movimientos amplios dentro de la tripa, es lo que se conoce como patadas del bebé. Los órganos sexuales externos ya pueden distinguirse con claridad por medio de una ecografía. Siempre que la posición del pequeño lo permita, si es un niño o una niña.

Hacia la semana 16 embrionaria el bebé es capaz ya de oír los ruidos que provienen del organismo de la madre. También empieza a percibir la luz a través de las membranas de los ojos, que aún permanecen sellados, y reacciona ante ella cuando se ilumina el vientre materno.



Las huellas dactilares se forman en este mes y empieza a tener sensibilidad en el cuerpo. Comienza a realizar sus primeros gestos como fruncir el ceño y bostezar.

Es posible ver su corazón a través de una ecografía y comprobar que late dos veces más rápido que el de la madre.

Se distingue también, a partir de este mes, el aparato genital del feto. Si es niña, son visibles el clítoris y la vulva, mientras que si es niño puede verse el pene y el escroto.

Seguro que tú y tu pareja ya habéis resuelto vuestras dudas sobre si es niño o niña ¿Ya sabéis cómo le vais a llamar? Te ayudamos a elegir su nombre con nuestro buscador de nombres de bebés.

El bebé puede beber líquido amniótico y orinar. Su intestino se llena de una sustancia verdosa formada por desechos llamada meconio que será lo primero que expulse tras su nacimiento.

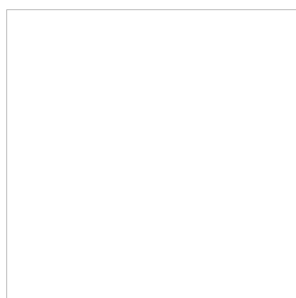
Su cuerpo está rodeado completamente de lanugo. Al feto, ahora, sólo le queda crecer.

La placenta, adherida a la pared uterina, sigue creciendo y al final de este mes mide un centímetro de espesor.

En el cuarto mes de embarazo tu bebé empieza a tener contacto con el exterior. Si presionas el abdomen con un dedo, quizás notes cómo se mueve.

## **El cuarto mes de embarazo semana a semana**

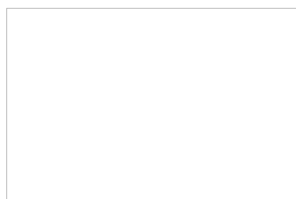
### **Semana 15 de embarazo**



En la semana 15 del embarazo el feto puede desplazarse en el líquido amniótico, movimientos que sirven para el desarrollo de su musculatura y que probablemente hagan sentir a la madre ligeros movimientos dentro del vientre. Los cambios físicos son ya evidentes y puede ser el momento de comenzar a utilizar ropa premamá.

Saber más...

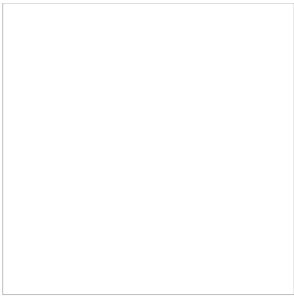
### **Semana 16 de embarazo**



En la semana 16 de embarazo la madre comenzará a sentir los movimientos del bebé ya que este empezará a mover sus extremidades dentro del útero. Sin embargo esta sensación puede ser más difícil de identificar en embarazadas primerizas.

Saber más...

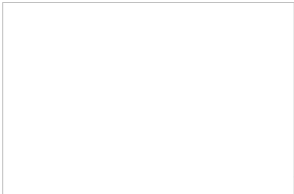
### **Semana 17 de embarazo**



Durante la semana 17 de embarazo la futura mamá comienza a prepararse para la producción de leche y los cambios físicos de la embarazada son cada vez más evidentes.

Saber más...

### **Semana 18 de embarazo**



En la semana 18 de embarazo, el bebé ya ha desarrollado lo suficiente los genitales para que puedan distinguirse en una ecografía, y puede conocerse ya el sexo del futuro recién nacido. Además será capaz de oír algunos sonidos como los latidos

- Al final de este mes el útero sigue creciendo y ya se encuentra por debajo del ombligo. Esto provoca que aparezcan molestias a nivel abdominal, la compresión de los nervios de la piernas, produciendo con frecuencia calambres nocturnos y la compresión de la vejiga, aumentando la necesidad de orinar.
- A partir de este mes es probable que aparezcan los conocidos antojos, preferencias, en ocasiones extrañas a la hora de comer.
- Las probabilidades de aborto a partir de este mes se reducen en gran medida, la placenta completa su formación y algunas embarazadas pueden comenzar a notar los movimientos del feto. Es momento más indicado para comenzar a hacer ejercicio como caminar, natación y el yoga.
- El aumento de peso hasta este mes es de unos 4 ó 5 kilogramos.

### Cambios psicológicos

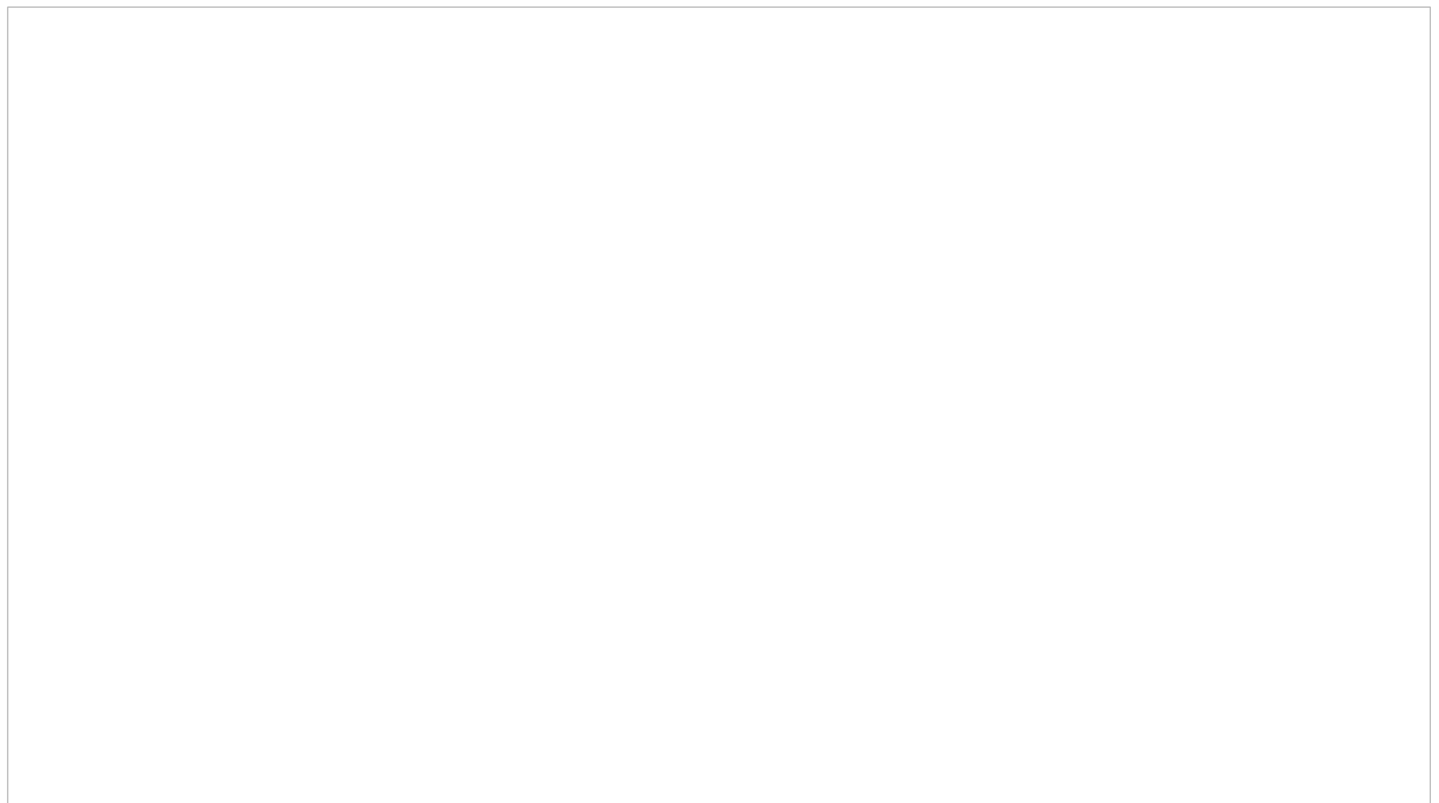
- Durante el segundo trimestre el carácter de la futura madre se volverá más positivo y tranquilo.
- La marcada inestabilidad emocional de los primeros meses debido a los cambios hormonales, tienden a reducirse paulatinamente.
- El embarazo ya es evidente, y los meses más críticos para la evolución del embarazo han pasado. La futura maternidad se convertirá en la máxima prioridad para la madre.

### ¿Es recomendable comer pescado en el embarazo?

Consejos y recomendaciones para tu dieta durante la etapa del embarazo

### Cambios en el hijo en el cuarto mes de gestación

- El cuerpo empieza a hacerse más grande que la cabeza. Al final de este mes el feto mide 12,5 – 14 centímetros y pesa alrededor de 150 gramos.
- Aparecen los labios en la boca del feto y ya es capaz de bostezar y realizar gestos faciales.
- Su piel se recubre de una capa fina de pelo llamada lanugo.
- En los dedos de manos y pies aparecen las uñas.
- El feto está mucho más activo, ejercita los músculos moviéndose con más frecuencia, fuerza y coordinación. No permanece quieto más de 3 o 4 minutos.



Derechos de autor de la imagen Getty Images Image caption Itzamara nació con su gemelo dentro de ella. (Foto genérica de archivo)

Mónica Nájera del valle de los ríos de Colombia en su año de nacimiento. Descripción de la imagen: Una mujer embarazada con un bebé visible en su vientre. Fuente: iStockphoto.com / Ovidio

El cirujano Miguel Parra fue el que descubrió este segundo organismo y explicó a Caracol Radio que este fenómeno se conoce como feto in feto.

Esto significa que un gemelo se desarrolla dentro de su hermano en vez de en el útero de la madre.

Los embarazos gemelares se generan a partir de un m

## ¿Cómo convertir 4 meses en semanas?

El factor de conversión de meses a semanas es 4.348125, es decir que 1 mes es igual a 4.348125 semanas:

$$1 \text{ mes} = 4.348125 \text{ semanas}$$

Para convertir 4 meses en semanas debemos multiplicar 4 por el factor de conversión:

$$4 \text{ meses} \times 4.348125 = 17.3925 \text{ semanas}$$

Resultado final: 4 meses es equivalente a 17.3925 semanas.

También podemos redondear el resultado diciendo que cuatro meses es aproximadamente diecisiete coma tres nueve tres semanas:

$$4 \text{ meses} \approx 17.393 \text{ semanas}$$

## ¿Cuánto es 3 meses en semanas?

### ¿Cuánto es 3 meses en semanas?

3 meses es igual a 13.044 semanas

Conversor de Unidades

Valor

De

A

### ¿Cómo convertir 3 meses en semanas?

El factor de conversión de meses a semanas es 4.348125, es decir que 1 mes es igual a 4.348125 semanas:

$$1 \text{ mes} = 4.348125 \text{ semanas}$$

Para convertir 3 meses en semanas debemos multiplicar 3 por el factor de conversión:

$$3 \text{ meses} \times 4.348125 = 13.044375 \text{ semanas}$$

Resultado final: 3 meses es equivalente a 13.044375 semanas.

También podemos redondear el resultado diciendo que tres meses es aproximadamente trece coma cero cuatro cuatro semanas:

$$3 \text{ meses} \approx 13.044 \text{ semanas}$$

## Cuanto son 4 semanas en meses

Para convertir 4 semanas en meses utilizamos la definición de las unidades usadas:

$$\text{Semanas} \text{ semana} = 7 \text{ día} = 604800 \text{ s} \quad \text{Meses} \text{ mes} = 1 | 12 \text{ año} = 2629743.8 \text{ s}$$

Con estas equivalencias podemos calcular cuantos meses entran en 4 semanas y saber cuantos meses tiene 4 semanas.

### ¿Cuántos mes hay en 4 sem?

En 4 sem hay 0.91993751 mes.

Lo que es igual a decir que 4 semanas son 0.91993751 meses.

Cuatro semanas equivalen a cero con uno meses. \*Aproximado

### ¿Cuál es la relación inversa entre 1 mes y 4 semanas?

Haciendo el cálculo inverso de la relación entre las unidades, obtenemos el resultado de que 1 mes es 1.0870304 veces 4 semanas.

Un mes es uno con nueve veces cuatro semanas. \*Aproximado

Detalles Categoría de nivel principal o raíz: Convertir unidades de tiempo Categoría: sem en mes

comments powered by



# Bebé de 4 meses - Desarrollo del bebé mes a mes

¡Tu bebé ya tiene cuatro meses! ¿Tienes dudas sobre su desarrollo y su crecimiento? Te explicamos las claves del desarrollo de los bebés de cuatro meses: la alimentación, el sueño, el progreso psicomotor, los hitos del crecimiento esperables a esta edad y todas las cuestiones relacionadas con la salud, el bienestar y los cuidados de los pequeños de cuatro meses.

¡Toda la información que necesitas para que tu hijo de cuatro meses crezca sano y feliz!

Created with Sketch.

Temas en este artículo

Created with Sketch.

- Crecimiento y desarrollo de tu bebé de 4 meses
- Alimentación de tu bebé de 4 meses
- El sueño de tu bebé de 4 meses
- Consejos y bienestar de tu bebé de 4 meses
- Qué hace un bebé de 4 meses
- - Psicomotricidad
  - Visión
  - Oído
- Cómo estimular a tu bebé de 4 meses
- - ¿Probamos una sesión de lenguaje musical mientras le lees un cuento?
  - Experiencia para esta sesión: los cuentos antes de ir a dormir
  - ¿Qué tal ha ido?

## Crecimiento y desarrollo de tu bebé de 4 meses

Alrededor de los cuatro meses, es probable que tengas que volver al trabajo después de tu baja maternal. Es uno de los momentos críticos para la lactancia materna y para el estado emocional de la mamá y el bebé. Si te ves obligada a volver al trabajo:

- Debes haber sopesado muy bien quién va a ser la persona que va a cuidar a tu pequeño durante las horas que trabajes: la abuela, un canguro, la guardería... Sea quien sea la persona o el centro de confianza elegido, es fundamental que los papás estéis bien convencidos de la decisión tomada y que confiéis plenamente en la persona elegida.

(Te interesa: Cómo utilizar el sacaleches)

peso talla 4 meses ok



Ahora, que se inicia el segundo trimestre, su crecimiento se ralentizará mínimamente y, mientras que durante el primer trimestre llegó a crecer 10,5 centímetros y a engordar hasta 200 gramos a la semana, entre los cuatro y los seis meses crecerá un total de 6,5 cm y engordará en torno a los 2 kilogramos, alcanzando los 6 o 7 kilos.

¿Qué más debes tener en cuenta de tu bebé de 4 meses?

- A esta edad, el bebé no para de moverse. Ahora, ya no puedes dejarle un momento solo y menos en un lugar elevado, como el cambiador o una cama, porque correría el riesgo de caerse. Es muy importante velar por su seguridad.

- Si le pones boca abajo, es capaz de levantar la cabeza y aguantarse sobre las manos abiertas. También aguanta la cabeza mejor y empieza a demostrar claramente que le gusta estar acompañado de personas que le hagan jugar con su cuerpo y experimentar sus gorjeos.
- Además de aprender observando, en su cerebro tiene neuronas espejo, esto es, células nerviosas que le permiten imitar las expresiones faciales y los movimientos de los demás.
- En esta época, debido a que la boquita del bebé es hipersensible, su principal forma de explorar el mundo que le rodea es llevándose todo lo que puede a la boca, desde sus propias manitas hasta juguetes, la nariz de mamá o un trozo de muselina.
- Así, descubre sabores, texturas y consistencias. Es una práctica que se alargará hasta los dos años o más, pero que no entraña riesgo alguno siempre que no dejes a su alcance objetos demasiado pequeños que pueda llevarse a la boca y que todos sus juguetes estén debidamente higienizados.
- Su coordinación mano-vista-objeto también mejora.

Y ahora, ¿te apetece volver a comprobar cómo está creciendo tu bebé? ¡Introduce sus datos en la tabla de crecimiento!

Calcula el percentil de tu bebé

## Alimentación de tu bebé de 4 meses

Es posible que, siguiendo tu propia percepción, los consejos de familiares o conocidos, o incluso ciertas indicaciones médicas obsoletas, a los cuatro meses tengas la tentación de introducir algún alimento distinto a la leche, como, por ejemplo, añadir una pequeña cantidad de cereales sin gluten en el biberón de tu hijo.

En este sentido, debes saber que la Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda la lactancia exclusiva hasta los seis meses. En cualquier caso, es mejor que esperes un poco más de tiempo para introducir nuevos alimentos.

Si la lactancia materna se ve alterada por tu vuelta al trabajo, hay maneras de continuar con la lactancia extrayéndote tu propia leche. Puedes adquirir o alquilar un sacaleches, almacenar tus propias reservas y hacer que la persona que cuida a tu hijo se la ofrezca en biberón, en vaso o en cuchara, según las preferencias del pequeño.

alimentacion 4 meses

.....

¡CONSEJO! Si debes volver al trabajo y te preocupa que la lactancia se interrumpa y te veas obligada a pasar a la leche de fórmula, déjate asesorar por el pediatra o la matrona. ¡Seguro que te ayudarán!

## El sueño de tu bebé de 4 meses

Es posible que el sueño nocturno de tu pequeño se vea interrumpido por pequeños "incidentes", como por ejemplo:

- No ha hecho el eructo. Cuando el pequeño se despierta de repente llorando o le cuesta dormirse, es probable que tenga un poco de gas que no consigue expulsar y que le incomoda. En este caso, debes coger al bebé en brazos y apoyar su cabecita en tu hombro, dándole unos golpecitos en la espalda.
- Tiene el pañal sucio. Es otra de las razones que pueden motivar un despertar nocturno del bebé llorando. Basta con que el culito o los genitales del niño estén ligeramente irritados para que el contacto con las heces o el pipí causen un escozor tan fuerte que obligue al bebé a despertarse llorando. En este caso, tan solo tienes que comprobar si el pañal está sucio y cambiárselo. No olvides aplicarle una capa de crema emoliente de pañal.

sueno 4 meses

.....

¡RECUERDA! El bebé no solo se despierta por hambre o por necesidad de consuelo. A veces, los motivos son más simples de lo que piensas. ¡Descarta todas las posibilidades!

## Consejos y bienestar de tu bebé de 4 meses

¿Eres una de las mamás que pueden contar con la ayuda de los abuelos? Debes saber que es una suerte poder contar con la experiencia de personas que ya han criado hijos.

- Los abuelos tienen la ventaja de que puedes confiar plenamente en ellos, debido a las dudas (y al precio) que genera la contratación de un canguro o la asistencia a la guardería.
- La relación con los abuelos contribuye al crecimiento sereno del niño, que se siente rodeado de cariño y atenciones.
- Lo importante es que cada uno mantenga su papel y todos seáis conscientes de que los papás son insustituibles.

bienestar 4 meses

En esta etapa del desarrollo lingüístico, es conveniente que la mamá le hable con calma y con tono cariñoso para captar su atención e interactuar con él.

- No hay que preocuparse si el niño no posee todavía un amplio repertorio de vocalizaciones.
- Sin embargo, hay que prestar una especial atención si el pequeño no sonríe, no produce ningún sonido o no reacciona cuando la mamá le habla.

¿Tenéis mascotas en casa? Aunque todavía falta tiempo para que tu hijo interactúe con ella, debes prestar atención a que tu perro o gato no se sienta desplazado por el recién llegado. Si hay mascotas en casa, ten en cuenta lo siguiente:

- Sigue sacándole a pasear o dale de comer a la misma hora que hasta ahora para que no sienta que sus rutinas han cambiado.
- Aunque sea un animal pacífico y esté entrenado, no debes confiarte, ya que si tu bebé le estira de la cola o de la oreja, puede defenderse mordiéndole o arañándole.
- No dejes que el animal entre en la habitación del pequeño ni en su cuna y no les dejes juntos si no es bajo tu atenta supervisión: cualquier gesto involuntario de tu hijo puede desconcertarle y atacar.
- Mantén a tus mascotas debidamente vacunadas y desparasitadas y lávate las manos cada vez que manipules al animal, sus recipientes para la comida, sus juguetes o utensilios de aseo.

.....

¡ATENCIÓN! La relación de los abuelos con sus nietos es algo realmente especial y único. No obstante, los papás son quienes debe marcar las normas y la educación de los hijos.

## Qué hace un bebé de 4 meses

A los cuatro meses, nuestro hijo manifiesta sus simpatías, sonriendo a los miembros de la familia o a otras personas que conoce y que le agradan. Pero ¿cómo han evolucionado su psicomotricidad, visión y oído?

### Psicomotricidad

- Hacia final del cuarto mes, si está tumbado boca abajo, el bebé es capaz de elevar el tronco haciendo fuerza con los antebrazos.
- Cuando está tendido sobre la espalda, patalea enérgicamente estirando las extremidades inferiores y moviendo los brazos rápidamente.
- Además, si se le sienta, sostiene bien la cabeza.

### Visión

- Por fin ya es capaz de distinguir perfectamente los colores.
- Enfoca con facilidad a diferentes distancias, aunque prefiere mirar los objetos o las personas que se encuentran a un metro aproximadamente.
- Mejora su capacidad de coordinar la visión y el movimiento, así como la coordinación manos-ojos. Sus manos, además de estar abiertas, no equivocan la dirección.

### Oído

- Nuestro hijo ya responde también al escuchar el sonido de una voz. Si le llamamos por su nombre, pronto aprenderá a contestar.
- Disfruta emitiendo determinados sonidos. Sus incomprensibles gorjeos se transforman en sílabas, carcajadas o pequeños gritos. Si le hacemos cosquillas, ríe con fuerza.
- Cuando ya es capaz de coger los objetos, el pequeño se da cuenta de que, al sacudirlos o golpearlos, producen sonidos. El ritmo creado todavía es irregular. Sin embargo, a medida que vaya creciendo, el pequeño procurará imprimir un compás a estos sonidos, determinando, de tal forma, una “sucesión de cadencias” previsible.

.....

Y, ahora, te invitamos a ver nuestros vídeos del crecimiento del bebé. ¡Con todos los temas que más te interesan sobre la evolución de tu chiquitín, en unos divertidos dibujos animados!

dibu mes 4 1



## Cómo estimular a tu bebé de 4 meses

Como ya sabes, la rutina en bebés es fundamental. Antes de ir a dormir, es ideal leerle un cuento o un libro para que entienda que ha llegado la hora de ir a la cama.

- Esta es una etapa mágica e irrepetible de nuestra vida, que solo se produce en este periodo: hasta los 3 años. ¡Una ventana de oportunidad para potenciar su capacidad de aprendizaje!
- Con estos ejercicios de lenguaje musical, mejorará su capacidad para el futuro aprendizaje de idiomas en un momento irrepetible.
- El contraste entre las notas de los distintos ejercicios de lenguaje musical adaptado hará que tu bebé piense musicalmente.
- Este tipo de estimulaciones afectivas son más eficaces y generan un mayor número de neurotransmisores.
- Si haces una sesión de estimulación musical mientras lees un cuento antes de ir a dormir, el bebé te lo agradecerá. Entenderá que ha llegado la hora de ir a dormir, a la vez que se relajará contigo y aprenderá el lenguaje de la música con una sesión. No hay mejor forma de que un bebé duerma bien y descanse que generándole una rutina previa al sueño.

experiencia leer cuentos

## ¿Probamos una sesión de lenguaje musical mientras le lees un cuento?

Estimulando a tu bebé a través del lenguaje musical, ¡también estás reforzando vuestro vínculo!

- Con la repetición de las audiciones que te proponemos, el pequeño irá memorizando patrones melódicos y rítmicos. Así, mejorará su capacidad lingüística y de aprendizaje.

- ¡Qué mejor momento para leer historias fantásticas a tu pequeño que antes de dormir! Se trata de un momento de preciosa tranquilidad e intimidad. ¡Un momento ideal para que tu bebé memorice los sonidos del ejercicio!

### Experiencia para esta sesión: los cuentos antes de ir a dormir

Prepárate para disfrutar de un momento de tranquilidad y afecto con tu hijo. Sobre todo, ¡disfrútalo!

- Mientras le lees un cuento, el bebé estará más concentrado. Es un momento que atrae su atención; ¡le encantaría que le leyeras una y otra vez!

- Baja la intensidad de la luz de la habitación y elimina cualquier tipo de distracción, como el televisor encendido. Es importantísimo que la rutina previa al sueño se produzca en un entorno relajado y con el volumen adecuado.

- El sonido de la reproducción, al igual que tu tono de voz al contarle el cuento, tiene que ser suave y no provocarle excitación, ya que en pocos minutos se dormirá.

- Dale al play y, simplemente, relajaos. Verás como el bebé se relaja y podéis disfrutar de este momento tan especial.

Cuando él bebe ya esté tranquilo, explícale qué cuento le vas a leer y que después le pondrás a dormir, para que entienda la rutina que le quieres enseñar. Aunque aún no entienda tus palabras, el tono que empleas le orientará.

El entorno de los primeros años de vida del bebé afecta a su desarrollo. ¡Se trata de un período mágico para estimularlo!

¡Sin prisa pero sin pausa! Día tras día, está experimentando y memorizando el sonido de múltiples conceptos musicales.

Este contenido musical ha sido creado y cedido en exclusiva a Mi Bebé y Yo por el Método ETFES de lenguaje musical para bebés

escuchar sesion estimulacion sensorial.mp3

Your browser does not support the audio element. [Descarga](#)

## ¿Qué tal ha ido?

El desarrollo temprano es fundamental para el éxito en la vida adulta. ¡Se trata de un período mágico e irreplicable! ¡El momento de la lectura del cuento de antes de dormir es uno de los que más gustan a los niños!