

### 3.5. Nacimiento

En el octavo mes del embarazo, el feto gira en el útero de modo que la cabeza apunta hacia abajo, preparándose para nacer. Esto sucederá a la 40ª semana de gestación.

El **parto** se realiza en tres fases:

- **Dilatación.** Esta fase dura entre tres y doce horas. Cuando el cuello uterino se dilata, el miometrio sufre una serie de contracciones que se hacen cada vez más intensas y frecuentes, empujando al feto hacia la vagina. Al final de esta fase, el saco amniótico se rompe y el líquido amniótico fluye (se rompe aguas).
- **Expulsión del feto.** Esta fase puede durar entre treinta minutos y una hora. La cabeza del feto sale primero. Una vez que ha salido, el cordón umbilical es atado y cortado, dejando una herida que dejará una cicatriz conocida como **ombiligo**.
- **Expulsión de la placenta.** Alrededor de quince minutos después del nacimiento del bebé, el útero experimenta contracciones adicionales para expulsar la placenta y el cordón umbilical.



En los primeros días después del nacimiento, las glándulas mamarias de la madre producen un líquido muy nutritivo rico en anticuerpos llamado **calostro**. Al tercer día, comienzan a producir **leche** que alimentará al bebé recién nacido.