

## Nuestras parejas

Mire la experiencia del tercer trimestre a partir de las vidas de tres parejas:

**Mariah & Tyler**—comprometidos y esperando su primer bebé.

**Laila & Joseph**—casados y esperando su quinto bebé.

**Mikayla & Kyle**—separados y esperando su primer bebé.

### Laila y Joseph

Laila y Joseph se asustaron cuando Joseph se enfermó; pensaron que podía tener COVID-19, pero su prueba dio negativo.

### Mikayla y Kyle

Mikayla ahora puede ver a su bebé en la ecografía. Ella y Kyle están teniendo dificultades en su relación, y a ella le preocupa que él no acompañará a ella y su bebé.

### Mariah y Tyler

Mariah y Tyler tienen problemas porque los abuelos de él no quieren que sigan viviendo con ellos. Su única opción es mudarse a la casa de los padres de él en Paulden, Arizona.

## Síntomas del tercer trimestre

### Mikayla y Kyle

Mikayla ha tenido mucho dolor lumbar, “¡Me duele mucho la zona lumbar!” También tiene que orinar con frecuencia, cuando la cabeza del bebé toca su vejiga. También tiene mucha acidez estomacal que se siente como grava mezclada con fuego en la garganta. Le cuesta dormir y tiene problemas con sus caderas y el equilibrio. “Últimamente, dormir no ha sido fácil...”, dice.

### Laila y Joseph

Laila tiene dolor lumbar y sensibilidad en los pechos. “Mis pechos me duelen mucho”, afirma. También tiene que orinar mucho y no puede ver una película completa. Tiene suerte porque no ha tenido acidez estomacal, estreñimiento ni hemorroides. Tampoco vomita más y los olores ya no le molestan. “La buena noticia es que ya no vomito”, afirma. Tiene dificultades para respirar, algunas molestias de cadera y en la zona pélvica y calambres en las piernas

### Mariah y Tyler

¡Mariah ha tenido problemas con tener que orinar mucho! “Me urge orinar. Es como si dijeras ‘oh, por Dios, debo ir al baño ahora mismo’. ¡Como si no pudiera evitarlo de ninguna manera!” También ha tenido problemas de acidez estomacal muy fuerte. Sus náuseas matutinas han aparecido de nuevo en el tercer trimestre. También ha estado enferma y cree que es por los cambios de temperatura al ir y venir de Phoenix a Paulden. También ha tenido estreñimiento, falta de aire y dolor.

## Contracciones

### Laila y Joseph

Laila ha tenido algunas contracciones de Braxton Hicks molestas. Piensa que como ha tenido más hijos, puede estar sintiéndolas con más frecuencia. Laila tuvo contracciones durante cuatro horas seguidas con diez minutos de diferencia y luego se fueron. Pensó que rompió bolsa, pero después de algunas pruebas, se determinó que no fue así y el médico le dio medicación para detener las contracciones.

## Mikayla y Kyle

Mikayla ruega entrar pronto en trabajo de parto. Siente que el embarazo ya llegó a su fin. Recibió atención para su dolor lumbar y eso ayudó. Ha tenido molestias en la zona uterina y espera que sea el comienzo del trabajo de parto. Está segura de que su bebé está con la cabeza hacia abajo.

## Mariah y Tyler

A Mariah las contracciones de Braxton Hicks no le resultan dolorosas, solo molestas. Para ella, se siente como si el bebé se estuviera metiendo en un balón estrecho. Dice que el bebé ahora tiene la cabeza hacia abajo. Se supone que ella esté en cama, pero de igual manera sale y camina.

## Plan de parto

### Mikayla y Kyle

Mikayla decidirá en definitiva quién estará en la sala y no cree que se sentirá cómoda con Kyle en la sala. No quiere preocuparse sobre sentirse avergonzada con las funciones corporales típicas del nacimiento de un bebé. "Sé lo que quiero y eso es lo que haré", afirma. Dice que no está tomando ninguna clase para el parto porque no tiene tiempo. Pero sabe que quiere una epidural porque no tiene tolerancia al dolor.

### Laila y Joseph

Laila y Joseph no tomaron ninguna clase porque ya han tenido hijos. Este es el quinto bebé de Laila. Sienten que saben qué esperar. Pero Laila está nerviosa por lo difícil que serán para ella el trabajo de parto y la recuperación. Y está preocupada porque debido la pandemia del coronavirus su mamá no puede estar con ella en la sala de parto. Está agradecida por tener a Joseph.

### Mariah y Tyler

Ya sea que Mariah tenga una cesárea o un parto natural, sabe que quiere una epidural, pero quiere esperar todo lo que pueda.

## ¿Qué cambios ha habido?

### Laila y Joseph

Laila está preparando la habitación del bebé, tratando de dejar todo listo. Joseph está abrumado por todo lo que cambiará. "Cinco niños, a la edad de veinticuatro. Es una bendición. Puedo decir que hay mucho que todavía estoy aprendiendo como padre", cuenta.

### Mariah y Tyler

A Mariah le preocupa quedarse sola mientras Tyler trabaja todo el día.

### Mikayla y Kyle

Mikayla le abruma pensar en cuidar a un bebé de cinco meses mientras estudia enfermería.