

¿Cómo funciona tu ciclo?

Conocer tu ciclo ovárico te puede ayudar a quedarte embarazada

El ciclo ovárico es el proceso de maduración de los óvulos, con la finalidad última de ser fecundados y acontecer en la formación de un feto.

???



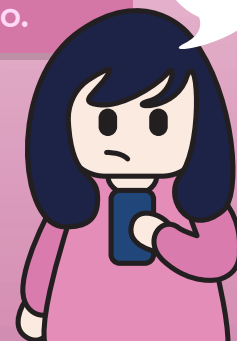
Tiene una duración aproximada de 28 días.



Se divide en 3 fases: folicular, ovulación y luteal.



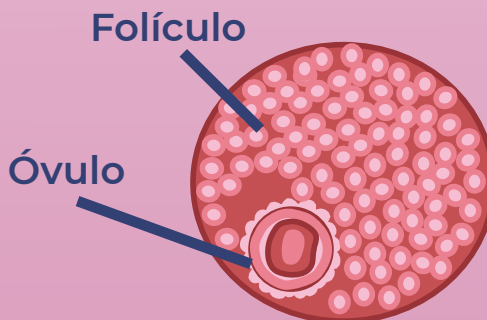
El ciclo se inicia con el primer día de la menstruación.



#1 Fase folicular

del día 1 al 13 del ciclo

El óvulo madura dentro del folículo, en el ovario.



Al final de esta fase, el folículo descarga el óvulo.

#2 Fase de ovulación

del día 14 al 17 del ciclo

Periodo óptimo de fecundación

El óvulo viaja por las trompas de falopio hasta llegar al útero.

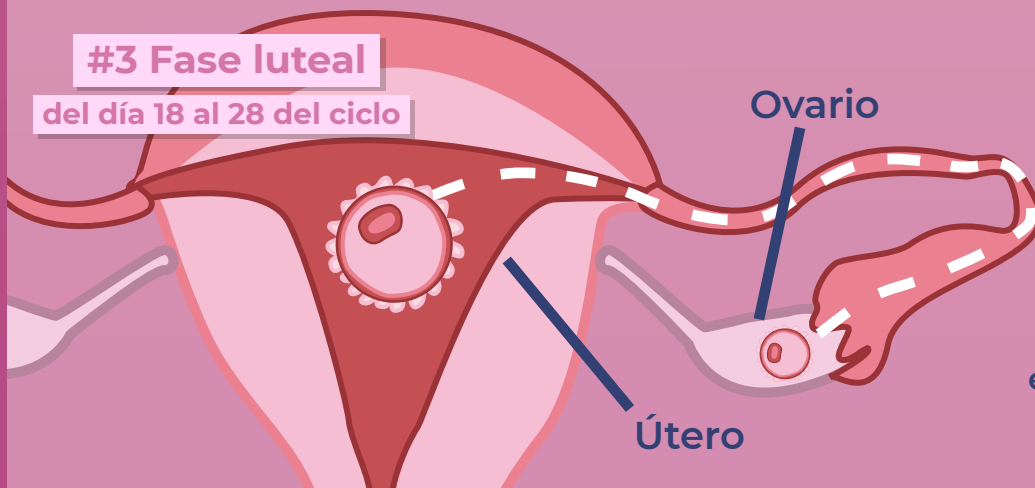


Después de la ovulación, la temperatura corporal sube de 0,5° a 1°C y se mantiene así hasta el final del ciclo.

#3 Fase luteal

del día 18 al 28 del ciclo

El útero se prepara para acoger el posible óvulo fecundado.



Si no hay fecundación, el ciclo vuelve a comenzar con la menstruación.