

METAS DE AUMENTO DE PESO PARA LOS EMBARAZOS MÚLTIPLES

Meta de aumento de peso aproximada por semana de gestación

Gemelos con IMC < 18.5 BAJO PESO . Aumento total de peso: 50 a 66 libras															
Semana de gestación	10	12	14	16	18	20	22	24	26	28	30	32	34	36	38
Límite superior	18	21	25	29	32	35	39	43	47	51	54	57	60	63	66
Límite inferior	13	15	18	21	23	25	28	31	34	37	40	42	45	47	50

Gemelos con IMC 18.5 a 24.9 PESO NORMAL . Aumento total de peso: 37 a 54 libras														
Semana de gestación	13	14	16	18	20	22	24	26	28	30	32	34	36	38-40
Límite superior	12	14	18	21.5	25	28.5	32	36	39	42	45	48	51	54
Límite inferior	3	4	7	10	13	16	19	22	24.5	27	29.5	32	34.5	37

Gemelos con IMC 25.0 a 29.9 SOBREPESO . Aumento total de peso: 31 a 50 libras														
Semana de gestación	13	14	16	18	20	22	24	26	28	30	32	34	36	38-40
Límite superior	9	10.5	14	17	20.5	24	27.5	31	34	37	40.5	44	47	50
Límite inferior	1	2	4.5	7	9.5	12	14.5	17	19	21.5	24	26	28.5	31

Gemelos con IMC ≥ 30 OBESIDAD . Aumento total de peso total: 25 a 42 libras														
Semana de gestación	13	14	16	18	20	22	24	26	28	30	32	34	36	38-40
Límite superior	8	9	12	14	17	19	22	25	28	31	33.5	36	39	42
Límite inferior	2	3	4	6	7	9	10	11	13	15.5	18	20	22.5	25

Meta de aumento total de peso con trillizos: 58 a 75 libras													
Semana de gestación	10	12	14	16	18	20	22	24	26	28	30	32	34
Límite superior	20	24	28	32	36	40	45	50	55	60	65	70	75
Límite inferior	15	18	21	24	27	30	34	38	42	46	50	54	58

Meta de aumento de peso total con cuatrillizos: 70 a 80 libras												
Semana de gestación	10	12	14	16	18	20	22	24	26	28	30	32
Límite superior	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80
Límite inferior	20	24	28	32	36	40	45	50	55	60	65	70

Meta de aumento total de peso con quintillizos: 87 a 96 libras												
Semana de gestación	10	12	14	16	18	20	22	24	26	28	30	32
Límite superior	30	36	42	48	54	60	66	72	78	84	90	96
Límite inferior	25	30	35	40	45	51	57	63	69	75	81	87

las cifras son aproximadas y se basan en el aumento de peso esperado por semana y redondeado hacia arriba