



Él también espera

Es normal que como futuro padre también experimentes cambios en tus emociones y sentimientos a lo largo del embarazo. Puede que en algún momento te puedas sentir algo **excluido**, debido a que tu pareja estará muy centrada en sí misma y en su embarazo, lo que en algunos casos puede crear algún distanciamiento y dificultades de comunicación entre vosotros.

También puedes tener **sentimientos contradictorios en relación con el embarazo**, ya que tendrás que asumir nuevas responsabilidades que supondrán algunos cambios en tu estilo de vida, lo que puede crearte cierta inseguridad.

Durante el **segundo trimestre** es probable que vuelva de nuevo la armonía a casa. Tu mujer se encontrará más tranquila y tú comenzarás a ser consciente de la existencia de ese nuevo niño o niña, ya que podrás sentirlo al palpar el vientre de su madre y escuchar los latidos de su corazón. Ello os llenará de alegría y satisfacción. Es posible que tu pareja empiece a sentirse más insegura en relación a su nuevo aspecto físico, por lo que necesitará de tu **apoyo y cariño**.

Al **final del embarazo**, es posible que vuelvan otra vez emociones como la inquietud y la preocupación, pero acompañadas de la ilusión por conocer a vuestro bebé.