

**Nombre de alumno:** Fátima Montserrat Cruz Hernández

**Nombre del profesor:** Rosario Cruz

**Nombre del trabajo:** Ensayo

**Materia:** Enfermería en el Cuidado de la Mujer

**Grado:** Cuarto

**Grupo:** U

PASIÓN POR EDUCAR

# CAMBIOS DURANTE EL EMBARAZO

## FISICOS

- ✓ Senos sensibles e hinchados, a causa del aumento en los niveles hormonales, es una de las primeras señales de embarazo.
- ✓ Micción u orina frecuente, durante el embarazo aumenta la cantidad de sangre y otros líquidos del cuerpo, por eso los riñones procesan un mayor flujo de líquidos.
- ✓ Náuseas o vómitos, la mayoría de las mujeres no presentan malestar estomacal ni vómitos hasta después del primer mes de embarazo. Sin embargo, algunas mujeres comienzan con náuseas antes y otras nunca las experimentan.
- ✓ Agotamiento, es un síntoma común en las primeras etapas del embarazo. No se sabe con certeza su causa, un factor contribuyente de la somnolencia es el aumento acelerado de los niveles de progesterona.
- ✓ Hinchazón abdominal, los cambios hormonales pueden causar hinchazón abdominal semejante a los del período premenstrual. Esta hinchazón puede hacer que la ropa quede más ajustada.
- ✓ Alivio de las náuseas, si este síntoma se extiende más allá del tercer mes de embarazo, se recomienda tener a mano remedios para el malestar estomacal y beber una gran cantidad de líquidos durante el día.
- ✓ Aparición de acné. No se recomienda el uso de productos como isotretinoína ni tetraciclina, no son seguros y pueden provocar defectos congénitos en el embarazo.
- ✓ Cambios en los senos, los que comienzan a prepararse para alimentar al bebé, a esta fecha, notarás que han aumentado una talla de copa.
- ✓ Estreñimiento. este síntoma se da porque los niveles aumentados de hormonas hacen que el sistema digestivo actúe más lentamente.

## EMOCIONALES

Los cambios emocionales en el embarazo, que viven las mujeres embarazadas, tienen una base hormonal. Se deben fundamentalmente a que los neurotransmisores del cerebro están alterados debido a que no reciben los mismos niveles hormonales de siempre. Los niveles de progesterona y estrógenos se duplican y, por este motivo, la parte racional de la personalidad disminuye, a la vez que se refuerza la parte emocional.

- ❖ Durante los tres primeros meses de embarazo, la futura mamá puede vivir momentos de una gran fluctuación emocional. La mujer más segura puede volverse frágil y experimentar cambios de humor bruscos que van de la risa al llanto, de la euforia a la tristeza o de la alegría al mal humor. Son más frecuentes en las mujeres que manifiestan síntomas físicos importantes debido a su embarazo como vómitos y náuseas matinales, mal estar general, mareos e indisposición digestiva. La apetencia sexual también suele disminuir debido al cansancio, a las molestias físicas y al miedo a dañar al feto. La comprensión de la pareja es fundamental para sobrellevar todos estos cambios que produce la gestación.
- ❖ Segundo trimestre. Se caracteriza por ser un periodo de tranquilidad emocional debido a que los cambios hormonales se han estabilizado. Esta adaptación repercute positivamente en la aceptación de los cambios que repercuten en su actividad habitual, dado que su orden de prioridades ha cambiado.
- ❖ En el tercer trimestre el tiempo pasa lento, aumenta la ansiedad por conocer al bebé, el miedo al parto y la inseguridad ante la crianza. Y, además, aparece el síndrome del nido con el que verá incrementada la necesidad de hacer cambios en casa y dejarlo todo limpio y preparado para la llegada del bebé.
- ❖ Euforia y tristeza
- ❖ De la risa al llanto.
- ❖ Miedo y ansiedad.

## PROCESO DE CRECIMIENTO FETAL

1er mes	2do mes	3er mes	4to mes	5to mes	6to mes	7mo mes	8vo mes	9no mes
El ovulo fecundado empieza a dividirse una y otra vez. En cuestión de días, se adhiere a la pared del útero, ahora es un embrión. Se empiezan a formar las extremidades, el corazón (el cual empieza a latir a partir del día 25) y los pulmones. También se desarrolla el tubo neural, que se convertirá en cerebro y medula	Se desarrollan el estómago, el intestino, el hígado y el páncreas. Se distinguen los dedos de manos y pies. Se empiezan a formar los músculos, los nervios y la medula ósea; se distinguen facciones de la cara aunque los párpados están cerrados. Ahora	El feto deglute líquido amniótico en cantidad pequeña, con lo cual practica el acto de deglutir. Aparecen los primeros huesos y se diferencian los órganos sexuales. Los dedos de manos y pies tienen uñas suaves, se intensifican los movimientos y fortalece vínculo con la madre, los órganos maduran y el feto aumenta de	El feto tiene en su piel un vello fino que lo ayuda a conservar el calor. La piel rosada, transparente y tiene huellas digitales. Se mueve, patea, deglute y puede oír las voces del exterior, fruncir el ceño, hacer muecas y ya cuenta con cuerdas vocales.	El cerebro del feto crece 90 grs. Cada mes, lo que permite una mayor maduración de su sistema nervioso y con ello el fortalecimiento de sus sentidos. Puede mover los ojos, duerme y se despierta en intervalos regulares. En esta etapa el feto crece muy rápido	El feto tiene un rostro bien definido, con pestañas y cejas. Hace movimientos rápidos y explora su entorno y sus propias extremidades. Identifica sonidos, responde a la música y ya puede abrir los ojos. Luce las proporciones que tendrá al	En esta etapa maduran los pulmones y el esqueleto, aumentando notablemente el tamaño, por lo cual presiona la vejiga materna. La activación de melanocitos pigmenta los ojos y la piel. Se va posicionando para el parto	Los pulmones continúan madurando y puede presentar hipo. Los huesos de la cabeza son suaves y flexibles para que le sea más fácil pasar por la vagina. El feto puede patear fuerte. Si naciera en esta etapa el feto sería prematuro. Con posibilidades de sobrevivir.	Ya puede fabricar sus propias células sanguíneas. Los órganos ya se encuentran bien desarrollados y los pulmones están listos para funcionar por su cuenta. Empieza a descender por el hueco pélvico. Está a punto de nacer.