

**LIC. NUTRICION**

**KARINA JAZMIN ANTONIO DE LA TORRE**

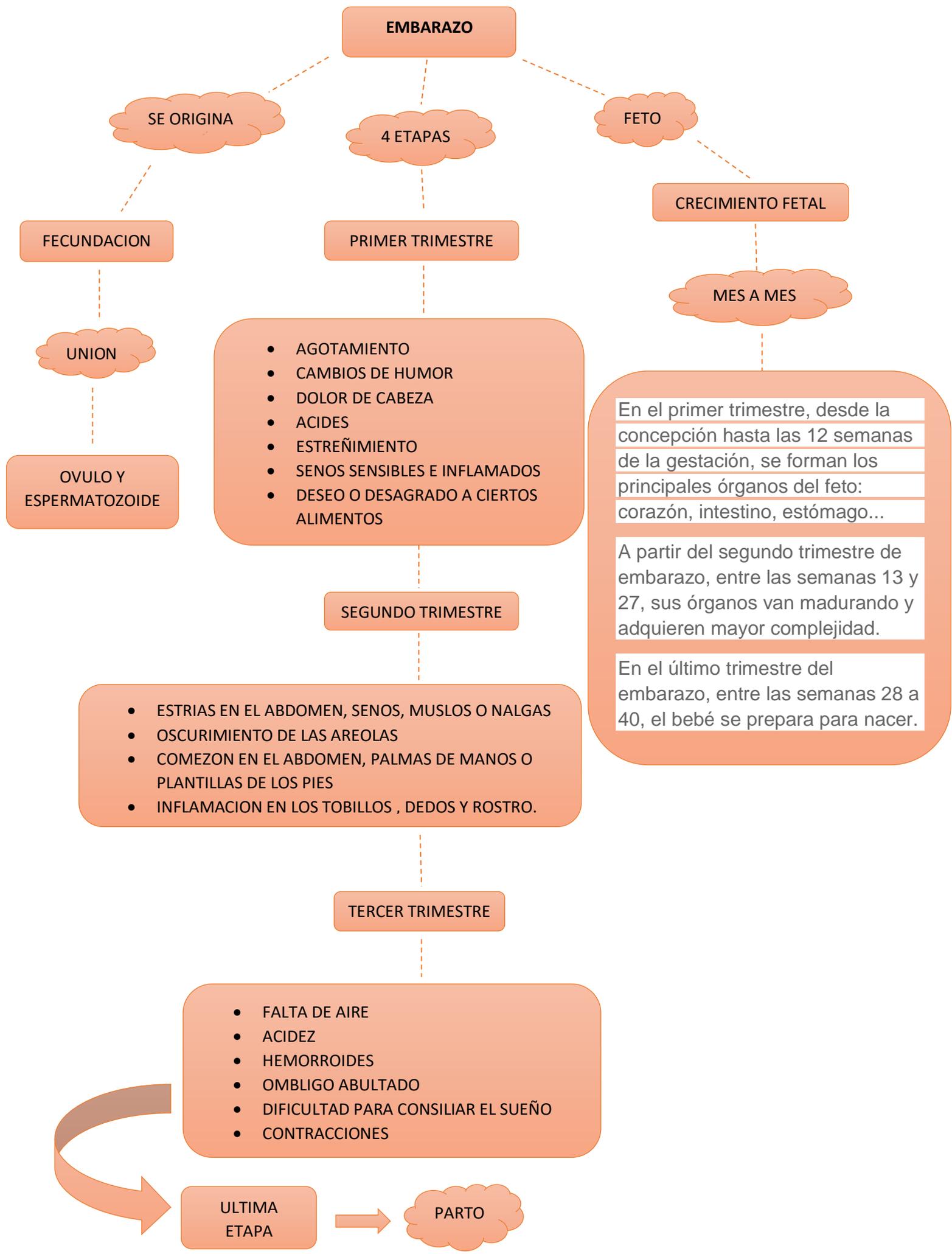
**Dra. LAURA BLASI PINEDA**

**NUTRICION EN EL EMBARAZO Y LACTANCIA**

**MAPA CONCEPTUAL**

**4° CUATRIMESTRE**

**TAPACHULA, CHIAPAS A 11 DE SEPTIEMBRE DEL 2020**



**EMBARAZO**

SE ORIGINA

4 ETAPAS

FETO

FECUNDACION

PRIMER TRIMESTRE

CRECIMIENTO FETAL

UNION

MES A MES

OVULO Y ESPERMATOZOIDE

- AGOTAMIENTO
- CAMBIOS DE HUMOR
- DOLOR DE CABEZA
- ACIDES
- ESTREÑIMIENTO
- SENOS SENSIBLES E INFLAMADOS
- DESEO O DESAGRADO A CIERTOS ALIMENTOS

En el primer trimestre, desde la concepción hasta las 12 semanas de la gestación, se forman los principales órganos del feto: corazón, intestino, estómago...

A partir del segundo trimestre de embarazo, entre las semanas 13 y 27, sus órganos van madurando y adquieren mayor complejidad.

En el último trimestre del embarazo, entre las semanas 28 a 40, el bebé se prepara para nacer.

SEGUNDO TRIMESTRE

- ESTRIAS EN EL ABDOMEN, SENOS, MUSLOS O NALGAS
- OSCURIMIENTO DE LAS AREOLAS
- COMEZON EN EL ABDOMEN, PALMAS DE MANOS O PLANTILLAS DE LOS PIES
- INFLAMACION EN LOS TOBILLOS, DEDOS Y ROSTRO.

TERCER TRIMESTRE

- FALTA DE AIRE
- ACIDEZ
- HEMORROIDES
- OMBLIGO ABULTADO
- DIFICULTAD PARA CONSILIAR EL SUEÑO
- CONTRACCIONES

ULTIMA ETAPA

PARTO