

# Cambios anatomicos y fisiologicos durante el embarazo

Universidad del sureste  
Ginecologia y obstetricia

5to cuatrimestre "A"

Lic en enfermeria

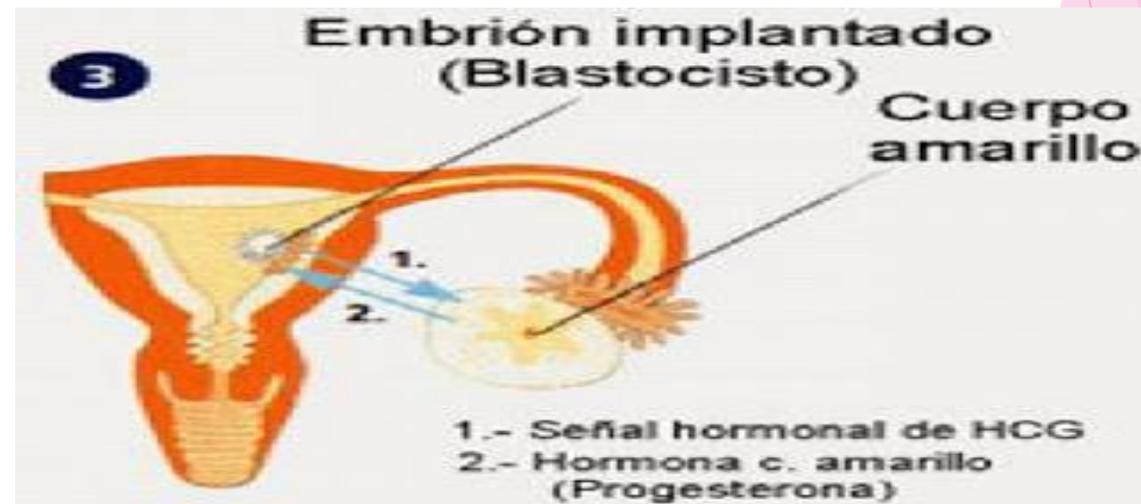
Docente lic. Cesar alfredo cabrera magdaleno

Alumna Martha alicia garcia gutierrez

Primer trimestre

# Cambios en el utero

- ▼ Durante los primeros tres meses, los cambios de forma de tamaño, y consistencia del utero.
- ▼ Aumenta de tamaño para albergar al feto en el crecimiento. Aumenta desde aproximadamente 6.5 cm de largo 4 cm de ancho y 2.5 de profundidad, hasta 32 cm de largo, 24 cm de ancho, y 22 cm de profundidad.
- ▼ La pared uterina se engruesa en los primeros meses, desde 1 cm hasta 2 cm
- ▼ Su peso aumenta de 50 a 100 gr



# Cambios cervicales

- ▼ Hablamiento del cervix, aumento de la vascularidad
- ▼ Las glandulas de la mucosa cervical proliferan de forma notable y se distienden como moco
- ▼ La cantidad de orina aumenta
- ▼ Aumento de secreciones vaginales
- ▼ Aumenta riesgo de infecciones



# Cambios metabolicos

- ▼ La mujer se siente mas cansada por la formacion de la placenta
- ▼ Mareos,vomitos,nauseas
- ▼ Agruras
- ▼ Aumento de sed y apetito
- ▼ Disminucion de movimientos peristalticos
- ▼ Cambios de humor



Segundo trimestre

# cambios en las mamas

- ▼ Incremento de sensibilidad
- ▼ Ocurrirá aumento de los senos a causa de la progesterona y los estrógeno.
- ▼ aparición de la areola secundaria
- ▼ Se prepara para producir leche
- ▼ Hacia la decima gestacion secretan calostro y
- ▼ Se deja de producir el tercer dia del puerperio

## Cambios en las mamas

En las mamas se observan los cambios siguientes en el embarazo:

- ▶ Aumento de sensibilidad
- ▶ Incremento de tamaño
- ▶ Presencia de nódulos palpables por hipertrofia alveolar
- ▶ Congestión de venas superficiales
- ▶ Aparición de la areola secundaria
- ▶ Mayor excitabilidad del pezón
- ▶ Presencia de un líquido llamado "calostro"



# Cambios en el sistema tegumentario

- ▼ Pueden salir estrias a causa del estiramiento de la piel. Las estrias aparecen en los senos en el abdomen y gluteos
- ▼ Los pezones, areolas, vulva, y perineo se oscurecen
- ▼ Hiperpigmentación (melanocito y estrógeno)
- ▼ Melasma se presenta en forma de manchas de color pardusco

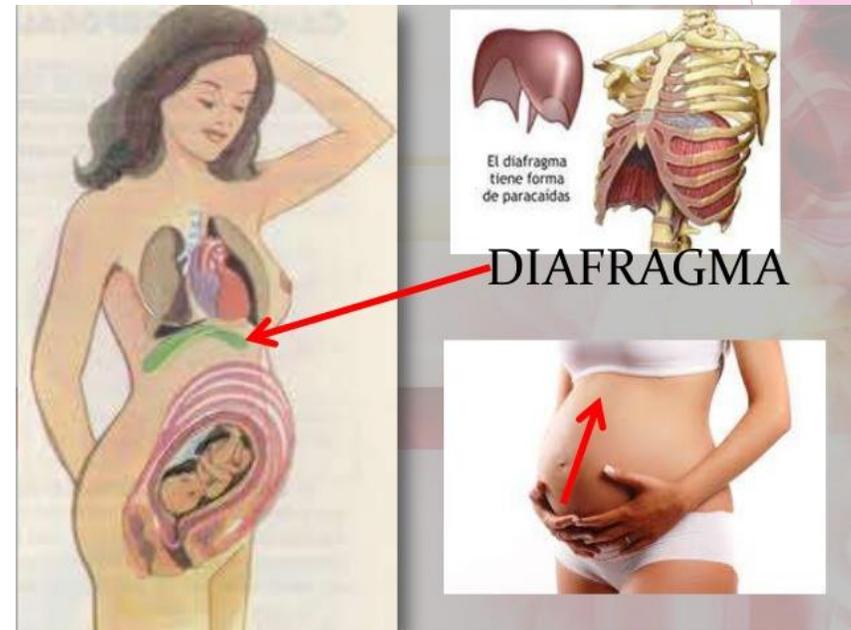
## PIGMENTACIÓN

- ↑ HORMONA ESTIMULANTE DE MELANOCITOS → 2do mes y hasta término
- Estrógenos y progesterona tienen efectos estimulantes de melanocitos



# Cambios en el sistema respiratorio

- ▼ Los pulmones se ven afectados por el crecimiento del utero por lo que es comun que la madre le falte la respiracion. Es muy util que la madre duerma con la cabeza en alto.
- ▼ Aumento de la circulacion puede provocar que las vias respiratorias se inflamen.
- ▼ Epixtasis por el aumento de la vascularidad
- ▼ Calambres en las piernas
- ▼ La madre debe mantenerse fisicamente activa, asi como tambien beber muchos liquidos.



# Cambios en la circulacion

- ▼ La vena cava se comprime hasta cierto punto cuando la usuaria se recuesta sobre la espalda. Puede provocar hipertension supina
- ▼ La circulacion aumenta para cubrir las necesidades metabolicas
- ▼ Puede que aparescan varices en las piernas por la mala circulacion
- ▼ Dolor en las piernas,dolor de espalda,pelvis y cadera
- ▼ Hinchazon de los pies



**Volumen de la sangre:**  
Aumenta entre un 30-50%



**Ritmo cardiaco aumenta:**  
10 a 15 latidos por minuto

Tercer trimestre

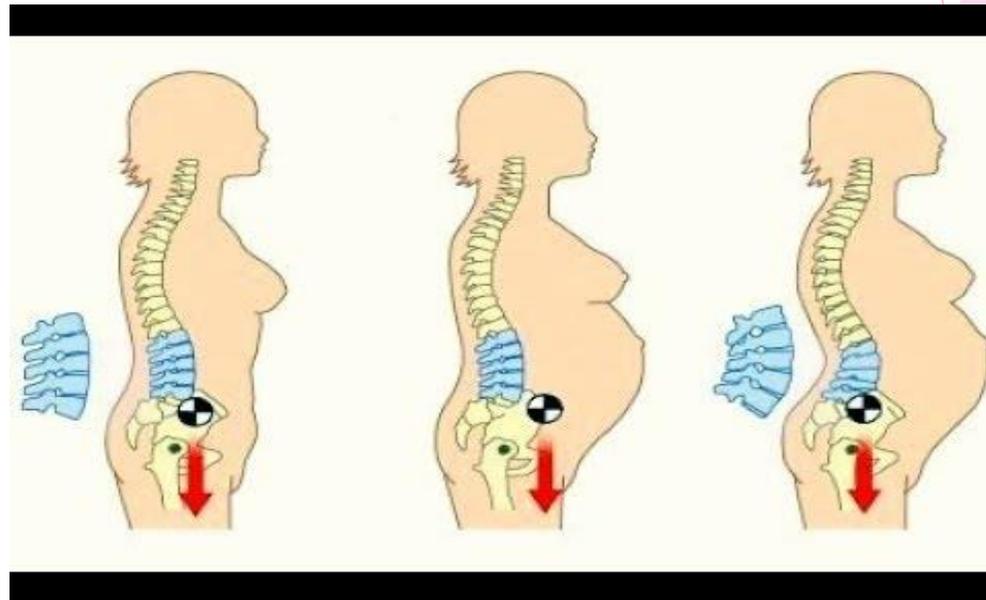
# Cambios en el sistema nervioso

- ▼ Presencia de hinchazon en su cuerpo puede presionar los nervios causando hormigueo, entumecimiento.
- ▼ Síndrome de túnel carpiano se da por la presión de un nervio en la muñeca
- ▼ Aparición de las venas varicosas
- ▼ La madre se pone nerviosa por la llegada de su bebé
- ▼ Ansiosa



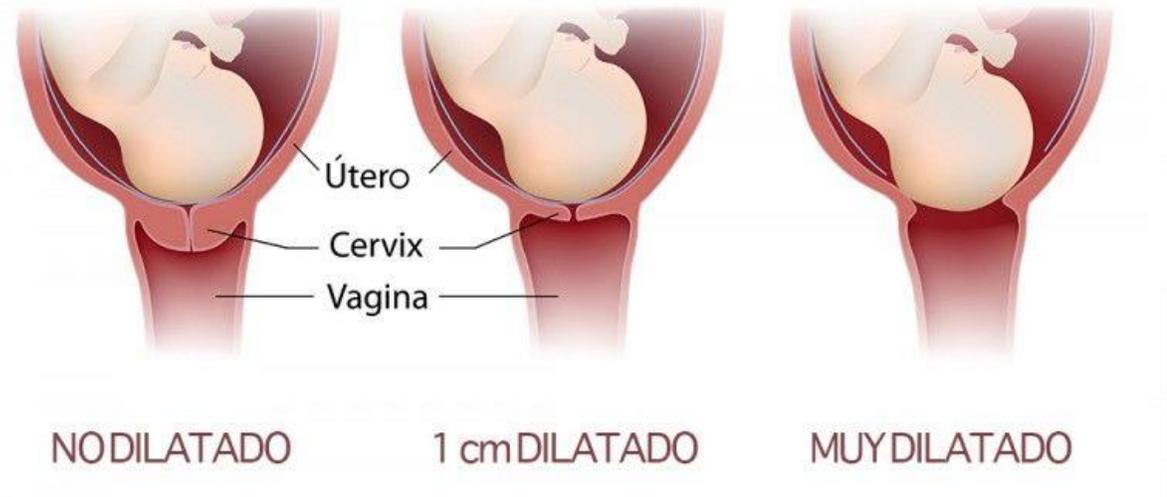
# Cambios en el sistema musculoesquelético

- ▼ El aflojamiento de las articulaciones provocada por las hormonas y la adaptación de la postura pelvica y el ensanchamiento de la sinfisis pubica
- ▼ Cambios en la forma de caminar que se asemejan a un pato
- ▼ Para compensar el peso se produce una lordosis
- ▼ Aumenta el estres en la espalda
- ▼ Dolor abdominal



# Cambios cervicales

- ▼ La pelvis baja hacia abajo por el cambio de posición al bebé con su cabeza hacia abajo.
- ▼ El cuello uterino comenzara adelgazarse y a dilatar
- ▼ Contracciones se deben al estiramiento de los musculos uterinos pueden ocurrir con mas frecuencia
- ▼ Las secreciones vaginales aumentan



# Cambios gastrointestinales

- ▼ Aumento de Acidez estomacal sensación de ardor en la parte inferior del pecho debido a que el utero crece mas empujando su estomago fuera de su pocision habitual
- ▼ Necesidad de orinar aumenta cada vez mas por el crecimiento de bebe empuja la vejiga
- ▼ Los calambres en las piernas son mas frecuentes por la presion del utero



# Cuidados personales durante el embarazo

- ▼ Baño en agua caliente
- ▼ Actividad física activa
- ▼ Lavado vaginal
- ▼ Prendas de vestir cómoda
- ▼ Cuidado de las mamas y pezones
- ▼ *Cuidados dentales*
- ▼ *Vacunas*
- ▼ *Nutrición adecuada*



Cuidados  
obstétricos



Consultas  
prenatales



Cuidar  
la dieta



Ejercicio  
suave