



*Nombre del Alumno: Liliana Guadalupe Espinosa Roblero*

*Nombre del tema : Super nota*

*Parcial :2*

*Nombre de la Materia : Submodulo I*

*Nombre del profesor: María José Hernández*

*Nombre de la Licenciatura: Técnico en enfermería*

*Cuatrimestre*

## CAMBIOS EMOCIONALES

### Primer trimestre

Es común sentir cambios de humor, irritabilidad y llanto. Esto se debe a los cambios hormonales y a las preocupaciones por la evolución del embarazo y la salud del bebé.



### SEGUNDO TRIMESTRE

• Se puede experimentar un mayor estado de tranquilidad. En este periodo, el bebé ya es un feto, no se está formando, y se notan sus movimientos.



### TERCER TRIMESTRE

LA CERCANÍA DEL PARTO PUEDE GENERAR PREOCUPACIONES Y TEMORES POR LA SALUD DEL BEBÉ Y POR LA CAPACIDAD PARA CUIDARLO. TAMBIEN SE PUEDE SENTIR IMPACIENCIA POR CONOCER AL BEBÉ.



# CAMBIOS FISICOS

## CAMBIOS GASTROINTESTINALES

- **aúseas y vomitos:** Son un sintoma comun relacionado con los cambios hormonales.
- **Acidez estomacal:** Se debe a que las hormonas del embarazo relajan la válvula entre el estómago y el esofago, lo que permite que el ácido del estomago se filtre hacia el esofago.
- **Aumento de gases:** Se debe al entencimiento de la digestión y a la disminución del tono del esofago y los intestinos.
- **Estreñimiento:** Se debe a que disminuye la motilidad del intestino grueso y **aumenta** la absorción de agua.
- **Digestiones mas lentas y pesadas:** Se deben a los cambios hormonales.
- **Relajación de la unión esofago-estómago:** Se debe a los cambios hormonales.
- **Desplazamiento de la posición del estómago:** Se debe a los cambios hormonales.

**Estrógenos** → Tensión y ansiedad

**Progesterona** → Depresión

### CAMBIOS HORMONALES

Los tejidos a las hormonas sexuales femeninas va a depender del tipo de hormona circulante, de la proporción de estrógeno/progesterona, así como de la concentración tisular de la hormona.

### CARDIO VASCULAR

el volumen sanguíneo aumenta entre un 30 % y un 50 % para nutrir al bebé en crecimiento. El corazón también bombea más sangre cada minuto y la frecuencia cardiaca aumenta.

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

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

**Disminución de la presión sanguínea**

### CAMBIOS FISICOS

- **Sensibilidad en los senos:** Los senos se vuelven más sensibles y aumentan de tamaño, incluso pueden llegar a doler.
- **Hinchazón en las piernas y pies:** Los pies y piernas pueden hincharse, sobre todo al final del día.
- **Linea oscura en el abdomen:** En algunas mujeres aparece una línea oscura en la línea media del abdomen, conocida como línea morena.
- **Aumento de peso:** El peso puede aumentar.
- **Necesidad de orinar más frecuentemente:** La necesidad de orinar aumenta y se vuelve más imperiosa.
- **Aumento de la secreción vaginal:** La secreción vaginal aumenta.
- **Cambios de humor:** Se pueden presentar cambios de humor.
- **Cansancio:** Se puede sentir cansancio extremo.
- **Náuseas:** Se pueden presentar náuseas con o sin vómitos.
- **Olfa:** El olfato se vuelve más sensible y puede causar repulsión a ciertos olores.
- **Congestión nasal:** Puede haber mayor congestión nasal.
- **Hinchazón en la pelvis:** Las articulaciones de la pelvis se vuelven más laxas para facilitar el parto.
- **Molestias musculoesqueléticas:** Pueden aparecer molestias musculoesqueléticas como dolor lumbar, pélvico, ciática, calambres.