

# **CAMBIOS FISICOS Y EMOCIONALES EN EL EMBARAZO**

**FRANCISCO EMILIANO**

**CRISTIANI REYES**

**SUBMODULO I**

**TECNICO EN ENFERMERIA**

**07/OCT/2025**



**Mi Universidad**

# GAMBIOS FISICOS

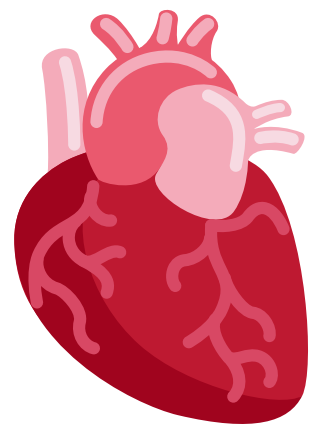


## GAMBIOS EN EL FISICO MATERNO

se empieza a notar un crecimiento en el abdomen de la madre, esto no significa que el proceso sea el mismo, puedes ser que un proceso sea mas rapido que otro y esto se debe totalmente a la genética

## GAMBIOS CARDIOVASCULARES

Por lo regular la presión arterial en la embarazadas se maneja alta y esto es normal por la etapa en que están pasando y no es un signo de alarma



## GAMBIOS GASTROINTESTINALES

Se presentan náuseas y vómitos, pero esto puede variar de una embarazada a otra, este puede o no presentarse

## GAMBIOS HORMONALES

Los estrógenos provocan el doble de síntesis hepática de la glándula que une a la tiroxina (T4) y la (T3) por lo que los niveles de hormonas son mayores

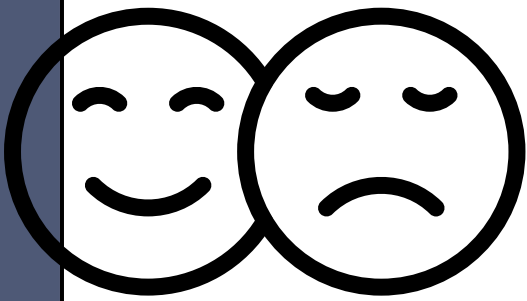


## GAMBIOS PULMONARES

Se puede presentar sangrado en las fosas nasales por cambios hormonales, esta no debe de ser constante ya que se puede convertir en enemigos en la embarazada

# GAMBIOS EMOCIONALES

## PRIMER TRIMESTRE

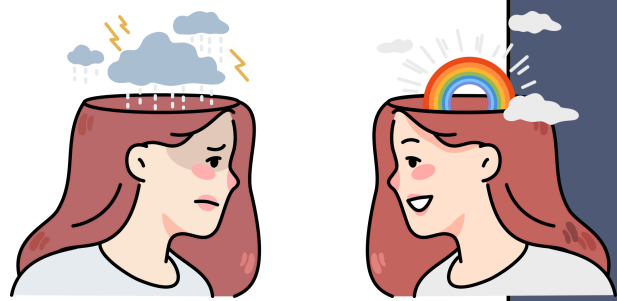


Debido a la acción de las hormonas y a la mayor exigencia energética, puede sentirse cansada, con más sueño y mayor sensibilidad emocional.

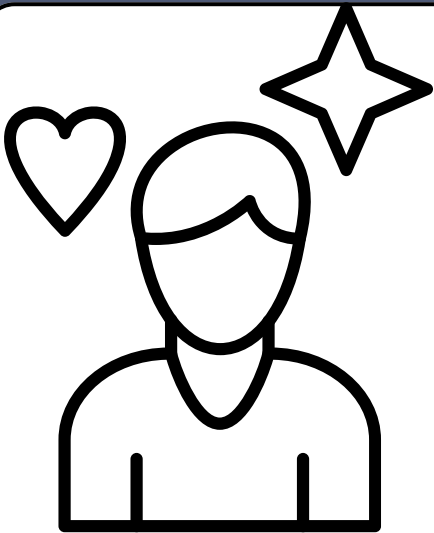
si la paciente valora su dependencia, puede ser que el embarazo le resulte un "estorbo"

## SEGUNDO TRIMESTRE

Mayor estabilidad emocional pero se presentan malestares fisiológicos y este afecta a su estado de ánimo



## TERCER TRIMESTRE



Aumento de irritabilidad, sensibilidad, impaciencia e intranquilidad.

Puede producirse sueños relacionados con el bebé y mayor deseo de conocerlo.

## RECOMENDACIONES

- Asistir a sus revisiones y citas en su Centro de salud
- Buena Alimentación
- Ejercicios como yoga para una mejor recuperación
- Buen descanso y paz mental
- complementar alimentación con calcio y vitaminas
- detectar signos de alarma con mucha anticipación
- planificar el lugar de parto
- llevar buen control pre-natal
- Asistir a psicología
- Asistir a Nutrición