

Anatomía Y Fisiología Del Aparato Reproductor Femenino.

Los ovarios, las trompas de Falopio, el útero, el cuello uterino y la vagina.



Embarazo

Período que transcurre entre la concepción (fecundación de un óvulo por un espermatozoide) y el parto; durante este período el óvulo fecundado se desarrolla en el útero. En los seres humanos, el embarazo dura aproximadamente 288 días



Principales Cambios Físicos, emocionales Y Psicológicos Durante En Embarazo

Cambios que resultan evidentes para la madre o que se reflejan y provocan algunos síntomas específicos durante el embarazo, por ejemplo, aumento de peso, aumento de volumen abdominal, aumento del tamaño de las mamas, poliaquiuria, estreñimiento, pirosis, hiperpigmentación de la piel en algunas zonas



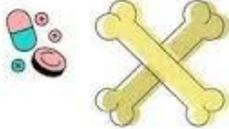
cambios fisiologicos y emocionales durante el embarazo

NECESIDADES NUTRIMENTALES

- Se recomienda ingerir 3000 kcal por día durante el segundo y tercer trimestre.
- Tener presente la cifra 400 g de aumento de peso por semana en el segundo y tercer trimestres
- La madre adolescente ha de aumentar un promedio de 14 a 15 kg de peso.
- La embarazada adulta debe aumentar de peso unos 3 g por cada gramo de peso del feto.

CALCIO Y OTROS ELEMENTOS:

EL calcio aumenta durante el embarazo debido a la producción del tejido óseo del feto (Ladipo, 2000) se sugiere un aumento de la ingesta diaria de calcio del orden de 120 a 160% por encima de la recomendación para una mujer adulta normal.



NECESIDAD DE MICRONUTRIENTES:



Los complementos nutritivos en que más se piensa durante el embarazo son el ácido fólico (es esencial para evitar malformaciones) y el hierro (sirve para evitar la anemia en la madre y en el feto).



CAMBIOS AJUSTES EMOCIONALES DURANTE EL EMBARAZO

Durante el embarazo el cuerpo esta creciendo y ajustándose para soportar el crecimiento de otro ser humano. No es una tarea pequeña y a la experiencia puede llevar a estados diversos físicos y emocionales



VITAMINAS:

La necesidad de vitamina A aumenta en 20% durante la gestación. El aumento en el requisito de vitamina D se debe a la mineralización de los huesos del bebé, dependientes de esta vitamina. La vitamina E, se recomienda aumentar el ingreso de ésta en 25% del nivel previo al embarazo. La vitamina C aumenta en más de 60%.



LA TRANSICIÓN HACIA LA MATERNIDAD

- Es el proceso que comienza desde que la pareja se entera que van a tener un bebé
- Constituye una importante transición personal y familiar
- tanto hombres como mujeres lo tenemos en algún momento de la vida



Promoción A La Salud Durante El Control Prenatal Con Atención Centrada En La Persona Embarazada En El Primer Trimestre Del Embarazo.

El embarazo y la atención médica prenatal van de la mano. Durante el primer trimestre, la atención médica prenatal comprende análisis de sangre, una exploración física, conversaciones sobre el estilo de vida y mucho más.



Promoción a la salud:
intervenciones que se proporcionan durante el control prenatal con atención centrada en la persona embarazada

Promoción A La Salud Durante El Control Prenatal Con Atención Centrada En La Persona Embarazada En El Segundo Trimestre Del Embarazo

Durante el segundo trimestre, el cuidado prenatal incluye pruebas de laboratorio de rutina y mediciones del crecimiento de tu bebé. Tal vez también podrías considerar las pruebas prenatales. El objetivo de la atención médica prenatal es garantizar que tanto tú como tu bebé estén sanos durante todo el embarazo.

