

# Setmana 5 d'embaràs

*Els canvis al cos, les alteracions i els consells de salut per a la setmana 5 d'embaràs*

[inicicentrareport][GotaVerdaPle]**Què hi passa al cos?**

A la cinquena setmana de gestació l'embrió té unes tres setmanes de vida, mesura entre un i dos mil·límetres i creix de forma molt ràpida. Si es fa una ecografia transvaginal, es pot apreciar un sac gestacional però encara és massa d'hora per veure-hi l'embrió.

Durant aquesta setmana l'embrió està format per tres capes embrionals a partir de les quals s'originen els teixits i els òrgans. La capa de fora (ectoderma) formarà l'epidermis, ungles, cabells, etc. i el sistema nerviós central i perifèric, la del mig (endoderma) encarregada de formar el sistema respiratori i l'aparell digestiu entre altres òrgans, i la de dintre de tot (mesoderma), que començaran a formar el cor.



[GotaVerdaPle]**Què es pot notar?**

Algunes dones a partir d'aquesta setmana comencen a notar alguns dels senyals característics de la gestació com són les nàusees, el creixement i inflor de pits o el cansament i increment de son. Així i tot, cada cos és diferent i hi ha persones que ho noten abans, després o que simplement ni ho noten.

Sigui com sigui el senyal inequívoc que l'embaràs s'ha dut a terme serà la falta de la menstruació, i en aquesta setmana ja hi haurà hagut la primera falta. És aleshores quan d'una manera més fiable es pot fer un test d'embaràs, si no s'ha fet abans, amb un tipus de test més sensible a



---

l'anomenada hormona de l'embaràs.

[GotaVerdaPle]**Consells de salut**

A partir d'aquesta setmana i fins a la novena es recomana visitar a la llevadora o llevador per tal d'iniciar el seguiment de l'embaràs. També se sol recomanar prendre àcid fòlic per prevenir algunes anomalies en la formació del tub neural.

Cal evitar el consum de tabac i de begudes alcohòliques durant tot l'embaràs. És recomanable dur una dieta sana i equilibrada. Si es desconeix la immunitat a la toxoplasmosi, es recomana evitar el consum de carns i peixos crus, així com embotits i rentar bé fruites i verdures o bé congelar-los prèviament o coure'ls per més seguretat.

[embarasinici]

[ficentrareport] [nointext] [sensesubtitol]

[embaras05] [image-map]

.amp\_subtitol {display: none;}