

Setmana 8 d'embaràs

Els canvis al cos, les alteracions i els consells de salut per a la setmana 8 d'embaràs

[inicentrareport][GotaVerdaPle]Què hi passa al cos?

De cap a peus l'embrió ja fa aproximadament **20 mil·límetres** i pesaria **més d'un gram**. Al rostre s'hi comencen a formar la retina, les parpelles, el nas els llavis i les orelles, el cos s'allarga i apareixen les primeres aproximacions del que seran els **ditets de les mans**.

[nointext]

Fins ara l'embrió s'havia alimentat d'una vesícula vitel·lina i a partir d'ara ho farà de la **placenta**, que ja està preparada per garantir els subministres necessaris (oxigen, aigua i nutrients). El cordó umbilical és l'encarregat de traslladar-los cap a l'embrió i de retornar els residus generats pel metabolisme del fetus.



[GotaVerdaPle]Què es pot notar?

A part dels **canvis als pits** i a la zona de l'abdomen pot ser que també es noti un canvi a la coloració de la vagina, podent-se tornar d'un to més fosc i amb major sensibilitat.

[GotaVerdaPle]Consells de salut

A partir de la vuitena setmana i fins a l'onzena es recomana fer-se una analítica de **control del primer trimestre**. També és recomanat vestir amb roba còmoda i adequada amb la nova talla així com cuidar l'alimentació i evitar consumir carns i peixos crus. En el cas d'acidesa o reflux es pot



prendre suc de poma o camamilla després dels àpats, així com menjar entre 5 a 6 vegades al dia en petites quantitats aliments el més variat possible i mastegant lentament per tal d'evitar molèsties durant les digestions.

[embarasrecomanacions]
[ficentrareport] [nointext] [sensesubtitol]
[embaras08] [image-map]

.amp_subtitol {display: none;}