



General | | Actualitzat el 09/09/2020 a les 10:01

## Setmana 34 d'embaràs

*Els canvis al cos, les alteracions i els consells de salut per a la setmana 34 d'embaràs*

[inicicentrareport]De llarg el bebè ja fa uns **45 centímetres** i ja pesa uns **2.300 grams**. Els seus pulmons pràcticament ja són prou madurs i ara ja ha passat per totes les fases de desenvolupament indispensables per viure fora del ventre matern.

[nointext]

Els seus sentits cada vegada són més precisos i és **capaç d'escoltar veus i sons** provinents de l'exterior, especialment les veus i sons més agudes. La seva pell està cada vegada menys arrugada a causa de l'acumulació de greix que l'ajudarà a regular la seva temperatura.

A partir d'aquest moment si es produís un part les probabilitats de supervivència augmenten fins quasi el 100%.

### [GotaVerdaPle]Què es pot notar?

Els moviments fetals s'han reduït durant les últimes setmanes, tot i això l'absència de moviment és motiu d'alarma.

És força freqüent que durant aquestes últimes setmanes d'embaràs la mare gestant noti com se li adormen les mans, el que es coneix com a Síndrome del **Túnel Carpià**, que apareix sobretot degut a l'augment de pes i amb més freqüència a persones que tenen el canell petit.

L'extrem superior de l'úter es troba ara a la seva posició més alta i això pot provocar algunes molèsties estomacals i de digestió. Quan el cap es posiciona a la pelvis es pot notar un cert alleugeriment. És molt comú que a partir d'aquesta setmana el melic surti cap a fora i que la línia alba es vegi molt marcada al mig del tors de la mare gestant.

### [GotaVerdaPle]Consells de salut

Durant aquestes setmanes el bebè **necessitarà calci** per enfortir els seus ossos, per la qual cosa es recomana a la mare gestant que prengui lactis i derivats per tal de proporcionar-li aquest element.

Els massatges perineals són especialment indicats durant aquestes darreres setmanes abans del part.

Es recomana tenir la **bossa preparada** a partir d'aquesta i les setmanes vinents en el cas de que el part estigui previst a un hospital o casa de naixements.

L'ecografia del tercer trimestre se sol realitzar entre aquesta i les pròximes setmanes.

[embarasconsulta]

[ficentrareport] [nointext] [sensesubtitol]

[embaras34] [image-map]