



General | | Actualitzat el 09/09/2020 a les 09:52

Setmana 9 d'embaràs

Els canvis al cos, les alteracions i els consells de salut per a la setmana 9 d'embaràs

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

L'embrió ja mesura uns **30 mil·límetres i pesa de 2 a 3 grams**. A partir d'aquesta setmana ja deixa de ser un embrió com a tal i passa a anomenar-se fetus. Es mou amb freqüència però els moviments que fa són encara involuntaris perquè els músculs encara no estan connectats amb el cervell.

[nointext]

Les estructures de la cara (el nas, els ulls, la boca, les orelles?) són cada vegada més definides i els ossos comencen a formar-se i les costelles ja són identificables. Els genitals es comencen a diferenciar i les articulacions de braços i cames són ja distingibles: es poden apreciar els peus, els turmells, els canells i fins i tot els ditets.

[GotaVerdaPle]Què es pot notar?

L'augment del volum de sang durant l'embaràs per tal de satisfer les necessitats metabòliques del fetus fa que també arribi més sang a la resta d'òrgans del cos. Això sumat als canvis hormonaals fan que es noti una brillantor i **major elasticitat de la pell**, cabells més lluents i unes ungles més fortes.

[GotaVerdaPle]Consells de salut

Si no s'ha fet prèviament durant aquesta setmana, és molt recomanable demanar **una visita a la llevadora/llevador o ginecòloga/ginecòleg** per tal de fer una primera visita i poder rebre els consells pertinents segons cada situació.

L'embaràs és una situació nova amb molts canvis físics i emocionals però no és una malaltia. Realitzar exercici físic amb regularitat és una de les recomanacions bàsiques en l'embaràs de baix risc per tal de **mantenir el cos amb moviment** i evitar problemes de circulació.

[embarasrecomanacions]

[ficentrareport] [nointext] [sensesubtitol]

[embaras09] [image-map]

.amp_subtitol {display: none;}