



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

Setmana 10 d'embaràs

Els canvis al cos, les alteracions i els consells de salut per a la setmana 10 d'embaràs

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

A partir d'aquest moment el fetus ja pot pesar fins a **6 grams i mesurar entre 30 i 40 mil·límetres**. Els òrgans principals ja estan formats i la seva cara cada vegada va sent més definida. Comença a fer alguns **moviments** voluntaris, a beure líquid amniòtic, a badallar o a xumar el ditet.

[nointext]

Durant la setmana 10 es crearan milers de neurones, encara que gairebé no tinguin activitat. El seu cervell s'està desenvolupant molt de pressa i també el seu cos: ja comença a tenir lanugen (un pelet fosc que recobreix el seu cos fins al moment de néixer per protegir la pell), apareixen unes ungles diminutes i l'estructura a les genives on tindran cabuda les dents.

[GotaVerdaPle]Què es pot notar?

A partir d'aquesta setmana l'**hormona gonadotropina coriònica**, comença a baixar en sang i per tant pot ser que comenci a haver-hi una disminució de nàusees i vòmits si és que n'hi ha hagut.

L'úter a poc a poc es va fer més gran. Durant aquesta setmana però, encara no sol sobrepassar l'os del pubis de la mare, així que dependrà de molts factors que un lleuger relleu a la panxa sigui o no visible amb el cos nuu.

[GotaVerdaPle]Consells de salut

Cal seguir les recomanacions alimentàries per tal de prevenir la toxoplasmosi i la listèria.

És molt recomanable, en absència de complicacions, realitzar **exercici físic** sense que hi hagi impacte, com ara **passejar o nedar**.

[embarasrecomanacions]

[ficentrareport] [nointext] [sensesubtitol]

[embaras06] [image-map]