



VOCÊ E SEU BEBÊ



CRUZ AZUL
Saúde e Educação

Cruz Azul de São Paulo





SUMÁRIO

Apresentação	3
Primeiro Trimestre	3
Segundo Trimestre	8
Terceiro Trimestre	14



APRESENTAÇÃO

Confira o desenvolvimento, semana a semana, de sua gravidez e de seu bebê.



PRIMEIRO TRIMESTRE

4^a semana



Gestante: o diagnóstico da gravidez é feito através do exame de sangue, onde o hormônio da gravidez tem um nível mais elevado de HCG (hormônio gonadotrofina coriônica). O teste de gravidez pode ser feito através da urina, mas neste estágio de gestação, o exame não é tão preciso como o exame de sangue.

Bebê: o blastocisto começa a transformar-se em embrião, diferenciando-se em três tipos de camadas de células, que darão origem a três tipos de tecidos. A camada interior (endoderma) formará os pulmões, o fígado, o sistema digestivo e o pâncreas. A camada média (mesoderma) formará o esqueleto, músculos, rins, vasos sanguíneos e o coração. A camada externa (ectoderma) dará origem à pele, cabelo, olhos, esmalte dos dentes e ao sistema nervoso.



5ª semana

Gestante: nesse momento a mulher está feliz com a descoberta da gravidez, mas é normal estar se sentindo um pouco insegura. Acontecem alterações emocionais e no organismo, como seios doloridos e inchados, náusea e vômitos. O HCG, hormônio da gravidez, pode ocasionar congestão pélvica, que se manifesta no desejo de urinar pequenas quantidades frequentemente. Ela pode sentir-se cansada; isto ocorre devido aos altos níveis de progesterona. Podem surgir alterações no sono, tanto sonolência como insônia.

Bebê: nesse momento o embrião tem o formato de um “C” e partes superiores e inferiores bem definidas. Possui uma faixa nas costas, que se curva para formar um canal que se fechará, dando origem ao tubo neural. Posteriormente, o tubo neural se transformará em medula espinhal e cérebro. No centro do embrião, uma saliência está se desenvolvendo para formar o coração e os vasos sanguíneos.

6ª semana

Gestante: os sinais de início de gestação permanecem durante esta semana. A mulher poderá sentir-se irritada e um pouco mais cansada do que antes. É importante encontrar um momento para descansar.



Bebê: comprimento - 2 a 4 mm. O tubo neural já se fechou e o cérebro está se desenvolvendo e crescendo para preencher a cabeça. Os olhos já começam a se desenvolver. O coração começa a bater. Pequenos botões, que darão origem aos braços e pernas, começam a aparecer, mas uma cauda ainda está presente neste estágio.

7ª semana

Gestante: ocorre o espessamento do muco cervical, que coagula para formar o tampão do canal cervical no fim da gestação. Este tampão será expelido antes do trabalho de parto, quando o colo uterino da mulher começar a dilatar.

Bebê: comprimento - 5 a 13 mm; peso - 0,8 g. O aparelho digestivo embrionário está começando a se formar, com o intestino grosso já presente; os pulmões também estão se desenvolvendo, mas ainda não estão funcionando. O embrião recebe oxigênio e nutrientes através do cordão umbilical. O rosto já tem os contornos, com pouca pigmentação e perfuração para a boca e narinas.

8ª semana

Gestante: apesar do útero estar começando a aumentar, as pessoas ainda não percebem, só a gestante e seu médico. Os sintomas apresentados podem ser desagradáveis, mas isto significa que o corpo está se adaptando à gravidez e às necessidades do bebê em crescimento. Os seios começam a preparação para a amamentação; as glândulas mamárias crescem; a circulação e a frequência urinária aumentam; o útero comprime a bexiga.

Bebê: comprimento dos pés à cabeça - 14 a 20mm; peso - 3 g. Nas extremidades dos membros em desenvolvimento, pequenos dedos começam a se formar; aparecem minúsculos braços levemente flexionados; na lateral do pescoço, estruturas do ouvido externo também despontam; o lábio superior e a extremidade do nariz estão aparecendo no rosto; as pálpebras dos olhos estão começando a se formar.

9ª semana

Gestante: o hormônio HCG está no seu ponto máximo e a mulher notará que a pele do seu rosto ficará lisa. Aparecem algumas espinhas, seus cabelos ficam mais oleosos e os seios mais cheios e doloridos.

Bebê: comprimento - 22 a 30 mm; peso - 4 g. Nesta fase, o dorso do embrião está se endireitando e a cauda está encolhendo. A cabeça, relativamente grande, está curvada em direção ao tórax. Os olhos já estão bem desenvolvidos, mas cobertos por uma membrana palpebral. Os músculos começam a se desenvolver; as palmas das mãos já têm as pontas dos dedos claramente definidas, com um tecido entre eles que, depois, desaparecerá, para deixar os dedos separados.



Evolução do feto em semanas



10ª semana

Gestante: altos níveis de hormônios provocam tanto efeitos físicos como emocionais. É perfeitamente natural que a mulher sinta-se preocupada e tenha variações de humor. Há uma fragilização da gengiva, podendo sangrar ao escovar os dentes. Também ocorre um pequeno aumento da tireóide.

Bebê: comprimento - 31 a 42 mm; peso - 5 g. Ocorre a separação dos dedos das mãos e dos pés; aparecem botões gustativos e dentários; desaparece a cauda. São produzidos 250 mil novos neurônios a cada minuto neste estágio da gravidez. O coração já está completamente desenvolvido. Os bebês do sexo masculino já produzem o hormônio testosterona.

11ª semana

Gestante: o organismo da gestante está queimando calorias mais rápido do que antes de ficar grávida. O volume de sangue sendo bombeado no seu corpo aumenta. Isto poderá fazer com que ela sinta mais calor do que normalmente e transpirará mais, portanto, ela deve hidratar-se bem.



Bebê: esta semana marca o final do período embrionário. Agora o bebê será chamado de feto. Os vasos sanguíneos da placenta aumentam, para proporcionar ao bebê os nutrientes necessários. No abdome, os intestinos estão se desenvolvendo; parte deles ainda se projeta para o cordão umbilical e retornará ao abdome na semana seguinte; são capazes de fazer movimentos peristálticos (contrações que empurram alimentos). Nesta semana, a sua cabeça tem metade do comprimento do corpo.

12ª semana

Gestante: o útero da gestante já cresceu até 10 cm de largura e é suficientemente grande para assentar-se na pelve e avançar até o abdome. O coração poderá começar a aumentar alguns batimentos por minuto, para acompanhar o aumento de volume circulante no seu corpo. A placenta está funcionando totalmente.

Bebê: comprimento - 61 mm; peso - 9 a 13 g. O crescimento do feto continua em ritmo acelerado. O bebê dobra de tamanho nas últimas três semanas. Agora o intestino se acomoda no abdome.

13ª semana

Gestante: neste momento, deve haver um fluxo estável de hormônios da gravidez na corrente sanguínea da gestante, ao qual seu corpo irá adaptar-se. O mal-estar matinal (náusea e vômitos) deve parar em breve, assim como alterações de humor, ansiedades e irritabilidade, pois os riscos de aborto se reduzem.

Bebê: comprimento - 65 a 78 mm; peso - 14 a 20 g. As pálpebras do bebê se encontram e se juntam, e não irão se abrir outra vez pelos próximos 4 meses. Ele começa a colocar o polegar na boca, já que seus braços estão suficientemente comprimidos para alcançar a boca. O tecido que irá formar os ossos do bebê está começando a se desenvolver, especialmente o da cabeça, membros e algumas costelas. Agora a placenta está bem desenvolvida e assume a produção de hormônios dos ovários da gestante, a progesterona e o estradiol, fundamentais para a manutenção da gravidez.



SEGUNDO TRIMESTRE

14ª semana

Gestante: a mulher irá sentir-se mais forte e seu útero aumentará semana após semana. Ela pode seguir este processo ao localizar o fundo do útero, que é a parte superior do abdome. A posição deste levantará gradualmente o seu abdome.

Bebê: comprimento - 80 a 113 mm; peso - 25 g. Neste momento, o rosto do bebê está ficando mais desenvolvido. As bochechas, a ponta do nariz e as orelhas aparecem; os olhos se fecham. Inicia-se o aparecimento da lanugem, pelugem que cresce por quase todo o corpo do bebê, num padrão enrolado e embaraçado que segue o sentido da pele. Este mesmo padrão, mais tarde, originará as impressões digitais. A lanugem tem uma função de proteção da pele do bebê; esta será desprendida antes do nascimento e substituída por pelos mais grossos. A glândula tireóide do bebê começa a produzir hormônios. Nos bebês de sexo masculino, a próstata, e nos de sexo feminino, os ovários, descem do abdome para a pelve.

15ª semana

Gestante: neste momento, o abdome da gestante cresceu a ponto de ela não conseguir vestir suas calças. É tempo de pensar em roupas de grávida, mais largas e confortáveis. Se não houver uma data de parto determinada, o médico poderá usar as medidas da cabeça do bebê, tiradas através do ultrassom, para determinar uma. O segundo trimestre é o melhor período da gravidez para tirar férias, pois está entre as náuseas do primeiro trimestre e o cansaço e desconforto do terceiro.



Bebê: comprimento - 93 a 103 mm; peso - 50 g. Ele tem uma pele muito fina e translúcida, através da qual aparecem os pequenos vasos sanguíneos. A sobrancelha e os cabelos continuam a crescer e se ele tiver os genes para cabelo escuro, os folículos começam a gerar os pigmentos para colorir os pelos. O bebê também está se movimentando mais e com maior flexibilidade; seus braços podem dobrar.

16ª semana

Gestante: o útero da mulher está aumentando, correspondendo ao crescimento do bebê, da placenta e do líquido amniótico.

Bebê: comprimento - 108 a 116 mm; peso - 80 g. Ele mantém a cabeça ereta e agora que os músculos faciais estão levemente desenvolvidos, faz algumas caretas. Pode abrir a boca e franzir as sobrancelhas.

17ª semana

Gestante: neste momento, aumenta o volume sanguíneo no coração da gestante em, aproximadamente, 40%. Esse grande volume de sangue faz pressão nos pequenos vasos, tal como os capilares no nariz e na gengiva, podendo ocorrer pequenos sangramentos.

Bebê: comprimento - 11 a 12 cm; peso - 100 g. A placenta está acompanhando o crescimento do bebê. Agora ele produz uma gordura castanha que terá um papel muito importante para gerar calor posteriormente.

18ª semana

Gestante: nesta semana, algumas gestantes sentem os movimentos fetais e outras sentem com apenas 19 ou 20 semanas.

Bebê: comprimento - 12,5 a 14 cm; peso - 150 g. Ele já é capaz de ouvir sons, já que os ossos do ouvido e a parte do cérebro que recebe e processa os sinais dos nervos dos ouvidos está se desenvolvendo. Ele se acostumará com o som do sangue correndo através do cordão umbilical e ao som do batimento do coração da gestante. As retinas também se tornarão sensíveis à luz; havendo espaço no útero, o bebê estará ativo, variando as posições no seu interior. Embora o bebê pareça dormir, está consciente do mundo externo e responde a ele, e pode perceber um brilho vermelho e quente, se o sol bater diretamente na barriga da gestante.



19ª semana

Gestante: o peso da gestante está aumentando. Ela pode estar engordando em áreas localizadas, como nas nádegas, nos quadris e no abdome. Seu útero está maior; somado ao peso do seu corpo, e isto pode estar afetando sua postura e posição de dormir. É recomendável procurar uma posição mais confortável, com travesseiros, para dar suporte à noite.



Bebê: comprimento - 13 a 15 cm; peso - 200 g. Neste momento, o cérebro está em pleno desenvolvimento, sendo um dos primeiros órgãos a aparecer; seu tamanho é desproporcional. Durante as últimas semanas, os neurônios motores, os nervos que conectam os músculos ao cérebro, se desenvolveram, e agora os movimentos do bebê são dirigidos. Os botões dentários dos dentes permanentes do bebê aparecem, atrás dos botões do dente de leite.

20ª semana

Gestante: a cintura da mulher expandiu consideravelmente e seu útero está salientando sua barriga. Como seu útero cresce muito, ele fará pressão nos pulmões, estômago e rins. Assim, ela pode sentir falta de ar ao fazer esforços, além de má digestão e a necessidade de urinar mais frequentemente.

Bebê: comprimento - 14 a 16 cm; peso - 260 g. A pele começa a espessar, desenvolvendo quatro camadas. Ao mesmo tempo, glândulas sebáceas especiais começam a secretar uma substância cerosa chamada vernix caseoso. Esta é uma proteção vital para a pele do feto, que está imerso no líquido amniótico. É possível escutar seus batimentos cardíacos com um monitor eletrônico ou um dispositivo sônico.

21ª semana

Gestante: o peso da gestante começará a aumentar; neste período, ele será de aproximadamente metade do total durante toda a gravidez. Ela notará um aumento do apetite, que é induzido pelas 300 calorias extras de que precisa diariamente para suprir seu metabolismo sobrecarregado. Deve continuar a comer bem, conforme a orientação dada na parte nutricional. Pode ocorrer vontade de comer coisas estranhas, o que é normal.

Bebê: comprimento - 18 cm; peso - 300 g. Ele já tem um número elevado de glóbulos vermelhos no sangue e os glóbulos brancos de defesa estão começando a ser produzidos. As papilas gustativas estão começando a se formar na língua. O sistema digestivo está avançado para absorver água e açúcar do líquido amniótico que ele ingere, conduzindo as pequenas substâncias sólidas existentes até o intestino grosso. As pálpebras ainda estão grudadas.

22ª semana

Gestante: nas semanas anteriores, o volume de sangue da mulher aumentou e a maior parte deste aumento acontece na forma de plasma, a parte líquida do seu sangue, que tem o efeito de diluir o sangue para resultar no que é conhecido como a anemia fisiológica da gravidez. A medida de diluição de sangue da gestante é chamada de hematócrito e ele atinge seu menor índice durante esta semana. Esta anemia fisiológica é normal, mas a gestante deve checar com seu médico se está ingerindo ferro suficiente para evitar uma anemia mais grave.

Bebê: comprimento - 19 cm; peso - 350 g. Agora ele já possui tato, está aprendendo sobre seu corpo e sobre o que o circunda. O tato é um dos primeiros sentidos a amadurecer e o bebê utiliza-o para ter uma ideia de como seus membros se flexionam e se mexem. Neste momento, o bebê já tem as unhas das mãos quase totalmente crescidas. Assim como ele chupa o polegar, irá frequentemente tocar e mexer no rosto.



23ª semana

Gestante: neste período, podem começar as contrações de Braxton Hicks. São contrações indolores e acontecem ocasionalmente durante um dia. É um treinamento do útero para um futuro trabalho de parto. A gestante pode sentir as contrações se apoiar suas mãos no abdome. Pode sentir um desconforto na bexiga.

Bebê: comprimento - 20 cm; peso - 450 g. Os movimentos do bebê estão se tornando mais vigorosos. Ele continua a engolir pequena quantidade do líquido amniótico, eliminando-o pela urina. Engolir o líquido amniótico pode desencadear soluços no bebê e a gestante poderá sentir o corpo dele pulando. O líquido e o açúcar que ele ingere do líquido amniótico são suplementos importantes para a nutrição que ele recebe através da placenta e do cordão umbilical.

24ª semana

Gestante: dores nas costas, pés doloridos e um cansaço geral podem afetar a gestante a partir de agora. Portanto, é importante que ela se organize para tornar sua vida o mais fácil possível, utilizando sapatos confortáveis, reservando um horário para seu descanso, colocando os pés para cima. O uso de meias elásticas favorece o não surgimento de varizes e diminui as dores na perna.



Bebê: comprimento - 21 cm; peso - 530 g. O desenvolvimento do rosto do bebê está agora mais ou menos completo. Os olhos estão juntos na frente do rosto (embora eles ainda estejam fechados). Agora ele está maior, preenchendo boa parte do útero. Ele apalpa o cordão umbilical e sente os arredores. Se a gestante assustar-se, o bebê também sentirá o impacto.

25ª semana

Gestante: o útero está do tamanho de uma bola de futebol, empurrando o diafragma e as costelas inferiores da mulher para cima, deslocando seu estômago. Somando os efeitos da progesterona, que diminui a velocidade do esvaziamento de alimentos do seu estômago, ela estará mais propensa a liberar ácido no esôfago e a ter azia, particularmente após as refeições.

Bebê: comprimento - 22 cm; peso - 700 g. A diferenciação sexual está sendo completada entre o menino e a menina. O bebê já mexe os dedos para fechar a mão. Os chutes e socos farão com que a gestante saiba quando ele está mais ativo, especificamente quando ela estiver descansando.

26ª semana

Gestante: a mulher fica mais pesada, podendo sofrer uma série de desconfortos, como dor nas costas, nas costelas, câibras nas pernas, dores de cabeça e pressão na pelve.

Bebê: comprimento - 23 cm; peso - 850 g. Nesta semana, o bebê abre os olhos, que estão quase completamente formados. Seja qual for a cor dos olhos do bebê, eles serão azuis enquanto ele estiver no ventre. Isto acontece em todas as raças, porque a pupila adquire sua cor final alguns meses após o nascimento.

27ª semana

Gestante: nesta fase, há um aumento de alguns hormônios produzidos pela placenta, como a progesterona, que é importante para o desenvolvimento do leite materno e para o relaxamento dos músculos uterinos e outros músculos lisos.

Bebê: comprimento - 24 cm; peso - 1.000 g. Os pulmões estão formados, mas falta a substância vital para mantê-los inflados, o que significa que o bebê não conseguiria respirar sozinho se nascesse. O cérebro não está totalmente desenvolvido e o sistema imunológico ainda é deficiente.



TERCEIRO TRIMESTRE

28ª semana

Gestante: nesta semana, provavelmente serão pedidos alguns exames de sangue, se a gestante for Rh negativo. Será feita uma checagem para saber se ela produziu anticorpos para o tipo de sangue do bebê. É preciso avaliar se haverá algum risco de ela ter uma reação ao sangue do bebê. Tal reação pode causar problemas aos bebês vindouros. Deve-se manter a ingestão de cálcio, para ajudar o crescimento ósseo do bebê.

Bebê: comprimento - 25 cm; peso - 1.100 g. A quantidade de tecido aumenta, os cabelos ficam mais compridos e é provável que ele determine a posição em que ficará nos próximos meses, mas há espaço suficiente para mudar, caso esteja sentado.

29ª semana

Gestante: pode ocorrer o extravasamento de colostro de leite precoce nos seios. É uma substância líquida, que proporcionará ao bebê o primeiro alimento quando a gestante amamentar.

Bebê: comprimento - 26 cm; peso - 1.250 g. O bebê pode ver a silhueta de objetos e pessoas fora do útero. Provavelmente ele estará mexendo os olhos quando abertos, como se estivesse olhando para os objetos ou pessoas.

30ª semana

Gestante: à medida que a mulher vai ficando mais pesada, também ficará mais lenta. Ela deve manter uma boa postura quando estiver de pé ou sentada e virar-se sempre de lado antes de levantar de uma posição inclinada ou deitada.



Bebê: comprimento - 27 cm; peso - 1.400 g. O bebê está ficando mais atento e pode sentir o útero materno massageando-o, quando a gestante tiver contrações de Braxton Hicks, embora isto não o machuque.

31ª semana

Gestante: sentir dor nas costas no final da gestação é quase inevitável. Isto acontece porque os ligamentos e os músculos de sustentação das costas relaxam e se afrouxam, visando o preparo para o trabalho de parto. Esta é a fase ideal para procurar cursos preparatórios para o parto e fazer o plano de nascimento do bebê.

Bebê: comprimento - 28 cm; peso - 1.600 g. O ultrassom de Doppler fornece uma visão clara do ouvido fetal, que agora está quase desenvolvido externa e internamente. O bebê consegue escutar e reconhecer uma variedade de sons, incluindo a voz da gestante, de membros de sua família e até cantigas.

32ª semana

Gestante: a diminuição da libido é comum nesse momento, causada por alterações hormonais. Nesta semana, o útero aumentado da gestante pode causar novas situações. Seus órgãos internos podem ficar um pouco deslocados, podendo haver retenção de líquidos e surgimento de veias varicosas, além de calcanhares e dedos inchados.

Não é indicado o uso de anéis se estes estiverem apertados, nem roupas justas. A gestante deve manter o suprimento alimentar do pré-natal, sendo que o consumo de vitaminas e minerais do bebê é alto.

Bebê: comprimento - 29 cm; peso - 1.800 g. No último estágio da gravidez, a audição do bebê é a sua principal conexão com o mundo exterior. Ele se tornará familiar ao barulho do batimento cardíaco da gestante, da digestão, do fluxo de sangue do cordão umbilical e da voz materna.

33ª semana

Gestante: o volume do útero da gestante cresceu 500 vezes durante a gravidez. Ela pode ter uma necessidade mais frequente de urinar.

Bebê: comprimento - 30 cm; peso - 2.000 g. Apesar das restrições do interior do útero apertado, o bebê exibe todo comportamento do qual um recém-nascido é capaz. Quando acordado, se mantém em alerta, sensível ao som e visualizando as formas nebulosas.



34ª semana

Gestante: as contrações de Braxton Hicks tornam-se mais regulares. A gestante sente um endurecimento na parte superior do abdome (fundo do útero), que se dissemina para baixo e então relaxa.

Bebê: comprimento - 32 cm; peso - 2.250 g. O cabelo do bebê está ficando mais grosso e ele está desprendendo-se de quase toda a lanugem, mas a camada de vernix está ficando cada vez mais grossa.

As glândulas supra-renais estão produzindo em maior quantidade hormônios esteróides, que estimulam indiretamente a lactação. Agora o bebê tem mais glândulas gustativas do que em qualquer ponto da vida dele.

35ª semana

Gestante: a mulher se sentirá mais lenta e pesada nesta fase, com pouco espaço para respirar ou ingerir alimentos. As refeições devem ser pequenas e em intervalos frequentes, e é importante que ela descanse bastante. Não é bom que fique na mesma posição por muito tempo, para evitar inchaço dos pés.

Bebê: comprimento - 33 cm; peso - 2.550 g. Nesta semana, as unhas atingem as pontas dos dedos. A deposição de gorduras continua, principalmente em volta dos ombros, que ficam gordinhos e redondos.



36ª semana

Gestante: a parte superior do útero da gestante atinge agora seu ponto mais alto, logo abaixo do esterno, tornando a respiração desconfortável. Ela pode sentir pontadas nas costelas. É provável que as consultas ao médico fiquem mais frequentes, ou seja, semanais.

Bebê: comprimento - 33 cm; peso - 2.750 g. O rosto dele está completo, liso e gordinho, com a característica das bochechas rechonchudas. O tamanho das bochechas se deve ao depósito de gordura e de músculos de sucção fortes. O crânio está firme, mas não é duro. Ele está com elasticidade suficiente para os ossos se encavalem quando passar pelo canal do parto. O bebê poderá se encaixar.

37ª semana

Gestante: é provável que a partir desta semana o bebê se encaixe nos ossos da pelve. A mulher sentirá uma sensação de “alívio”, já que a pressão nas costelas diminuirá. Fica mais fácil respirar e comer.

Bebê: comprimento - 35 cm; peso - 2.950 g. A partir de agora, o bebê está clinicamente maduro e pronto para nascer. Ele continua se desenvolvendo. A gordura está sendo depositada a uma taxa de 14 g por dia.

38ª semana

Gestante: logo antes das verdadeiras contrações começarem, a mulher pode passar por um falso trabalho de parto, que não deve ser confundido com as contrações de Braxton Hicks, que são fortes, mas não se tornam regulares e desaparecem após um período.

Bebê: comprimento - 40 cm; peso - 3.100 g. Nas últimas semanas, o bebê começou a formar excrementos nos intestinos de cor verde escura, chamados mecônio. Este é um produto da destruição das células eliminadas pelo revestimento do intestino, das células da pele e da lanugem, que desprenderam-se no líquido amniótico e depois ele engoliu. O mecônio será a primeira evacuação do bebê após o nascimento.

Evolução do feto em semanas

16 20-36 38



39ª semana

Gestante: o colo materno está se preparando para o parto e a bexiga está sob maior pressão. Talvez a mulher fique um pouco mais ansiosa. Podem surgir alguns sinais de aproximação do parto: ruptura da bolsa das águas, que é o rompimento da membrana amniótica e um pequeno filamento de sangue, que acontece quando o colo se afina ou dilata juntamente com a saída do tampão mucoso (secreção espessa que fica dentro do canal cervical). A gestante deverá avisar seu médico e ir para o hospital.



Bebê: comprimento - 46 cm; peso - 3.250 g. O cordão umbilical ainda está suprindo o bebê com muitos nutrientes e ele continua a ganhar peso. Alguns dos seus anticorpos atravessam a barreira placentária, passando para a corrente sanguínea, dando ao sistema imunológico um auxílio temporário.

40^a semana

Gestante: é importante que a gestante fique tranquila enquanto espera pelo início do trabalho de parto, usando técnicas de relaxamento. Assim que ela entrar em trabalho de parto, deve certificar-se de que a pessoa que estará em sua companhia saiba o que é um plano de nascimento. Outro fator importante é a flexibilidade, já que o parto pode ser doloroso, e ela poderá usar algo para aliviar a dor, ou, ainda, talvez não queira nada para isto. Os altos índices de hormônios provocam inchaços na genitália e uma pequena quantidade de leite poderá vazar pelos seios.

Bebê: comprimento - 48 a 51 cm; peso - 3.500 g. Um bebê recém-nascido é frequentemente uma surpresa. A cabeça pode nascer deformada, mas volta ao normal em dois dias. Após o nascimento, ele apresentará choro forte. Isto pode não ocorrer imediatamente, mas após a enfermeira obstetra e o neonatologista iniciarem a secagem e o exame físico.

41^a e 42^a semanas

Passando a data prevista do parto.

Como já comentamos anteriormente, o bebê pode nascer duas semanas antes, ou duas semanas depois da data prevista pelo médico. Desde que a gestante e o bebê sejam monitorados para garantir uma boa saúde, a gravidez poderá continuar até que o trabalho natural aconteça.



Responsável Técnico:

Dr Anderson A. Nascimento

CRM 95.466

Especialidade: Ginecologista



CRUZ AZUL
Saúde e Educação

Av. Lins de Vasconcelos, 356 - Cambuci

CEP 01538-900 - São Paulo - SP

Tel. 11 3348-4000

www.cruzazulsp.com.br

 [Cruzazuldesaopaulo](https://www.facebook.com/Cruzazuldesaopaulo)