



SIGNOS PRECOCES DE EMBARAZO

Aunque estos son los más comunes, cada mujer experimenta estos síntomas de manera diferente, y no todas sentirán todos los signos mencionados.

TENSIÓN MAMARIA

Uno de los primeros signos de embarazo que muchas mujeres experimentan es la tensión o sensibilidad mamaria. Esto se debe a los cambios hormonales que tu cuerpo está experimentando para prepararse para la lactancia. Puedes notar que tus senos están más sensibles al tacto, hinchados y pesados. Incluso, es posible que veas cambios en el color y tamaño de tus pezones. Si te sientes molesta, puedes utilizar un sostén cómodo y de buen soporte, (preferiblemente sin aros), para aliviar las molestias.

NÁUSEAS

Las náuseas, con o sin vómitos, son otro síntoma común que puede aparecer incluso desde la cuarta semana. Aunque son más frecuentes a primera hora de la mañana, pueden ocurrir a cualquier hora del día o de la noche. Este síntoma es causado por el aumento de la hormona del embarazo, la gonadotropina coriónica humana (hCG). Hablaremos más adelante en detalle de cómo combatir este síntoma.



CANSANCIO

Sentirse cansada es muy habitual durante el primer mes de embarazo. Tu cuerpo está trabajando intensamente para adaptarse a los cambios hormonales y comenzar a nutrir al embrión en desarrollo. Tanto la hCG como la progesterona, una hormona que aumenta significativamente durante el embarazo, pueden hacerte sentir somnolienta. Intenta mejorar tu descanso durante esta época.

DOLOR ABDOMINAL

El dolor abdominal leve o moderado puede ser uno de los primeros signos de embarazo. Si el dolor es intenso solicita atención médica para descartar otras patologías.



OLFATO

Muchas mujeres notan cambios en el olfato o en el gusto desde las primeras semanas de embarazo. Algunos olores que antes eran agradables pueden volverse intolerables y es posible que desarrolles aversión por algunos alimentos.

LABILIDAD EMOCIONAL

Puedes encontrarte con más labilidad emocional de lo habitual, con cambios repentinos de humor, pasando fácilmente de la alegría a la tristeza. Habla con tus seres queridos sobre cómo te sientes y no dudes en buscar apoyo emocional si lo necesitas.

SANGRADO DE IMPLANTACIÓN

Algunas mujeres experimentan un ligero sangrado o manchado alrededor de la época en la que se espera la menstruación. Esto puede ser debido a la implantación del embrión en el endometrio, que ocurre aproximadamente en la semana 4. Por lo tanto, si experimentas un sangrado ligero no te alarmes, aunque puedes consultar con tu médico o matrona para asegurarte de que está todo bien.



CONCLUSIÓN

La aparición de estos signos no debe ser tomada como una confirmación de embarazo. La desaparición de estos tampoco significa necesariamente que algo no vaya bien. Cada mujer es distinta y estos signos y síntomas pueden evolucionar de manera muy dispar entre cada embarazada.



AulaGinecología.com