



Manual do 2º Trimestre

*Chegamos ao tão esperado 2 trimestre.
Os sintomas chatos da gestação, na maioria
das pacientes já passou, passamos a sentir o
bebê mexer, passamos a interagir com a barriga
e voltar a interagir com o mundo!*

O segundo trimestre da gravidez se inicia na 14ª semana e se estende até a 27ª semana de gestação.

Nesse período, a grávida começa a notar transformações mais significativas em seu corpo devido ao desenvolvimento do bebê.

Eu sempre digo que essa fase é a lua de mel da gestação!

Tem mais a favor do que contra, pois entendemos que ***as dificuldades da fase inicial passaram***, o bebê já está crescendo bem, já passamos pelos exames iniciais e o pré natal já está tomando o rumo de acordo com a individualidade de cada gestante.

É uma fase linda e muito gostosa da gestação!

Mas alguns sintomas são comuns:

- ♥ Dor nas costas
- ♥ Dores na parte baixa da barriga (ligamentos uterinos)
- ♥ Insônia x sonolência
- ♥ Aumento da frequência urinária
- ♥ Azia, gases e má digestão

Suas consultas ainda são mensais ou a cada 3 semanas de acordo com a necessidade de cada paciente no pré natal.

Nessa fase temos exames específicos que são obrigatórios e necessários para adequada avaliação das suas condições de saúde e do seu bebê.

Exames e suas idades indicadas:

- ♥ Exame morfológico de 2 trimestre
(20-24 semanas com a medida de colo uterino)
- ♥ Ecocardiografia fetal
(24-28 semanas – avaliação cardiológica do bebê.)
- ♥ Laboratórios para serem feitos após 24 semanas
com teste oral para quem ainda não teve o diagnóstico de diabetes.
- ♥ Também é o momento de rever as vacinas!

Não deixe de praticar atividade física, alongamentos, cuidar sua alimentação e pensar em uma avaliação com a fisio pélvica para lhe ajudar nos cuidados do seu assoalho pélvico!

Aproveite essa fase. Passeie, saia para jantar, dançar, cinema... Passeios ao livre, namorar! É uma fase sensacional! Aproveite ao máximo!

Seja bem-vindo, segundo trimestre!

Atenciosamente,
Dra. Márcia Bollis