

Será que estou grávida?

- *Alzira tá diferente... Tá com a cara redonda, inchada. Está com cara de grávida!*
- *Não sei o que eu tenho. Toda manhã acordo enjoada e vomitando.*
- *A Neide engordou de repente! Ficou sem cintura e muito mais peituda. Vai ver que está esperando filho!*
- *Estou desconfiada que estou grávida. Minha menstruação está atrasada dez dias!*

São muitos os sinais que indicam gravidez. O corpo da mulher sofre várias alterações durante esse período e, conforme a gestação avança, vai ficando cada vez mais evidente a presença dentro de seu corpo de um novo ser.

Mas o que será que provoca tantas alterações? O que causa esses indícios característicos de gravidez? Por que os enjoos, o inchaço, a ausência da menstruação?

Nesta aula você vai conhecer as razões de tantas mudanças. Uma delas você mesmo sabe explicar.

Ausência de menstruação

Na Aula 6 você estudou os hormônios que estão relacionados com o ciclo menstrual. Se precisar, volte a ler essa aula para lembrar. Você aprendeu que quando não ocorre fecundação, o endométrio se desprende ocasionando a menstruação.

Vamos ver agora o que acontece quando **há fecundação**.

Depois que o espermatozóide fecunda o óvulo, o corpo da mulher começa a produzir o hormônio chamado **gonadotrofina**. A gonadotrofina segura o endométrio, evitando assim, que a menstruação ocorra.

Mulheres que estão com a menstruação atrasada e desconfiam que estão grávidas fazem exames de sangue ou de urina para confirmar a gravidez.

Exercício 1

Se uma mulher estiver mesmo grávida encontraremos gonadotrofina em seu sangue?

Exercício 2

Se não houver gonadotrofina no sangue da mulher, o exame indicará que ela está grávida ou não?

Exercícios



Enjôos e prisão de ventre

Esses sintomas, bastante comuns principalmente no início da gravidez, também estão relacionados com mudanças hormonais e, por estranho que possa parecer, com os músculos. Nas aulas anteriores você já leu alguma coisa sobre músculos. Nosso corpo tem vários músculos que trabalham sob nossas ordens, isto é, conseguimos controlar sua contração e relaxamento: andamos quando queremos, esticamos o braço quando temos vontade. Dizemos que temos controle **voluntário** sobre esses músculos. Mas há outros tantos músculos no nosso corpo que trabalham independentemente de nossa vontade. Não podemos fazer uma pausa no batimento do nosso coração, tampouco podemos controlar o caminho dos alimentos ao longo do nosso aparelho digestivo. Esses músculos são de controle **involuntário**. Isso não quer dizer que nada comanda seu funcionamento. Significa apenas que quem controla seu funcionamento não é a vontade ou a consciência. Uma das coisas que participam do controle do funcionamento desses músculos são os hormônios.

A musculatura do aparelho reprodutor é do tipo involuntário. Ela está sujeita à interferência dos hormônios. Quando ocorre a fecundação, inicia-se uma produção hormonal própria dessa condição e, em consequência, há uma ação mais lenta da musculatura involuntária.

Exercícios

Exercício 3

Essa lentidão da musculatura involuntária representa uma proteção para a nova vida que está se instalando no útero. Você pode imaginar o que aconteceria se o útero tivesse contrações fortes depois da fecundação?

.....

.....

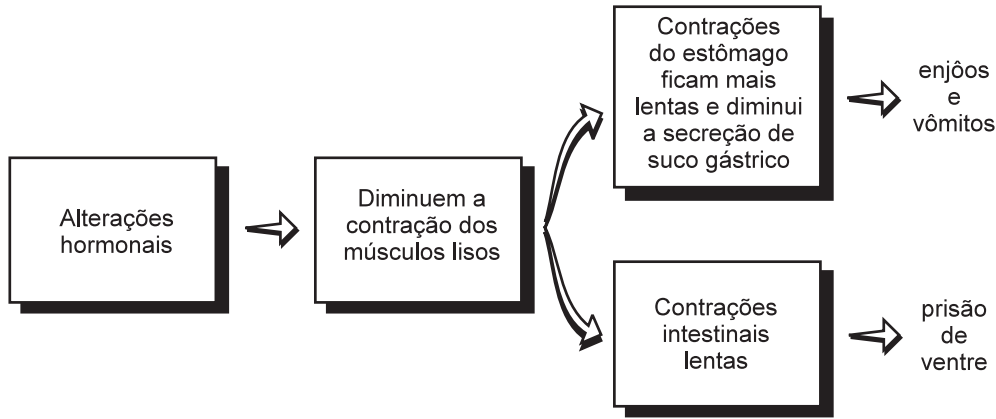
.....

.....

Os hormônios que retardam as contrações da musculatura uterina agem sobre outros músculos de controle involuntário, chamados **músculos lisos**. É o que acontece, por exemplo, com a musculatura do intestino. Com a movimentação mais lenta, os alimentos permanecem mais tempo no intestino, o que acarreta maior absorção de água e ressecamento das fezes. Por isso é tão comum as grávidas enfrentarem problemas de prisão de ventre.

Mas e os vômitos e enjôos, também têm relação com os músculos? Sim.

A musculatura do estômago também é do tipo involuntário, por isso fica mais lenta pela ação dos hormônios da gravidez. Dessa forma, diminui a produção do suco gástrico (suco digestivo produzido pelo estômago, contendo ácido clorídrico e enzimas). Essas alterações no funcionamento do estômago são a causa dos enjôos e, algumas vezes, são tão intensas que chegam a provocar vômitos.

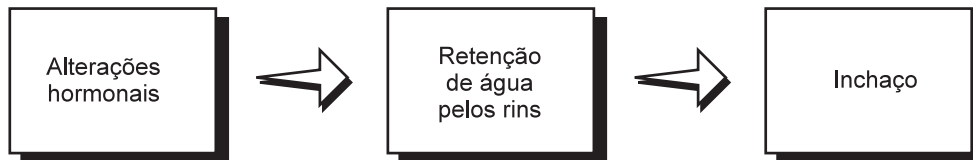


Inchaço

Nosso aparelho urinário também é constituído de músculos involuntários. Com as alterações hormonais, a eliminação da urina fica mais difícil, o que pode deixar a mulher sujeita a maiores infecções urinárias nesse período.

Os hormônios alteram também o funcionamento dos rins, que passam a reter mais água. O acúmulo de água ocasiona os inchaços. Muitas mulheres ficam inchadas no rosto, assumindo aquela aparência característica de grávida. Mas a região mais comumente afetada pelo inchaço são as pernas e os pés. É freqüente as gestantes não conseguirem calçar os sapatos, ou precisarem comprar sapatos com um número maior do que o habitual. Mas as conseqüências do inchaço nas pernas são as mais duradouras. O acúmulo de líquidos nos membros inferiores contribui para o aparecimento de varizes.

A retenção de água tem outra conseqüência muito séria: ela pode elevar a pressão sanguínea da gestante.



Aqueles desejos...

Muita gente considera manha as vontades que aparecem durante a gravidez. Acordar no meio da noite com uma vontade incontrolável de comer morangos é mesmo um comportamento bastante estranho. Mas será que há outras razões para se atender os estranhos desejos das grávidas, além da demonstração de carinho e atenção especial que elas costumam receber dos que as cercam?

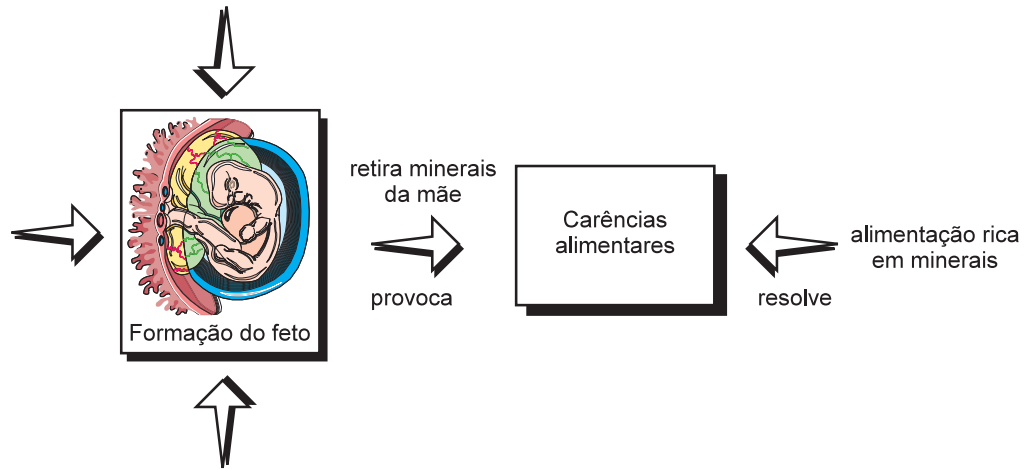
Ou será que os desejos podem ser considerados também como um sintoma da gravidez?

Vamos pensar um pouco. A formação do bebê precisa de material. Para produzir seus ossos, seu sangue e todos os outros tecidos são necessários minerais. Essas necessidades são supridas pelo corpo da mãe. É normal, portanto, que a gestante tenha necessidades alimentares bem particulares.

Os desejos, a vontade de comer determinados alimentos, ou mesmo a vontade de comer um pouco mais do que normalmente, são formas de satisfazer as necessidades do organismo.

Cálcio, ferro e vitaminas são substâncias que devem constar da alimentação das gestantes. É comum que, por falta de ferro, as grávidas fiquem anêmicas. Isso pode ser evitado com uma dieta especial ou com suplementos alimentares que contenham ferro.

Entretanto, as carências alimentares próprias da gravidez não justificam os exageros, nem da alimentação excessiva, nem das manhas esquisitas.

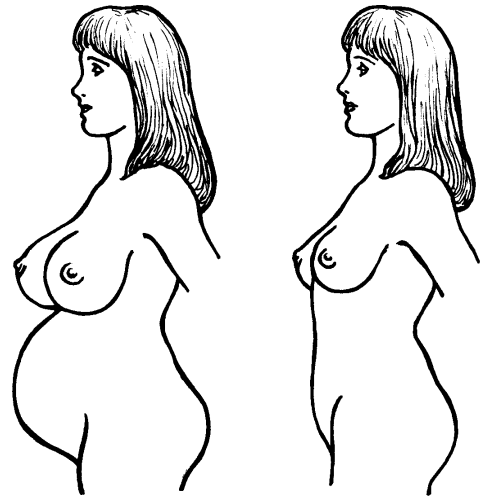


As formas do corpo

O aumento das medidas da cintura e dos seios são sintomas evidentes nas mulheres grávidas. E não é difícil entendê-los.

Depois da fecundação o embrião vai crescer e, com ele, o útero e o abdômen da mulher também.

Os seios se preparam, durante a gravidez, para produzir o leite que vai alimentar o bebê depois do nascimento. São novamente os hormônios os responsáveis por essas transformações. Devido à sua ação, as mamas crescem e são estimuladas a produzir leite.



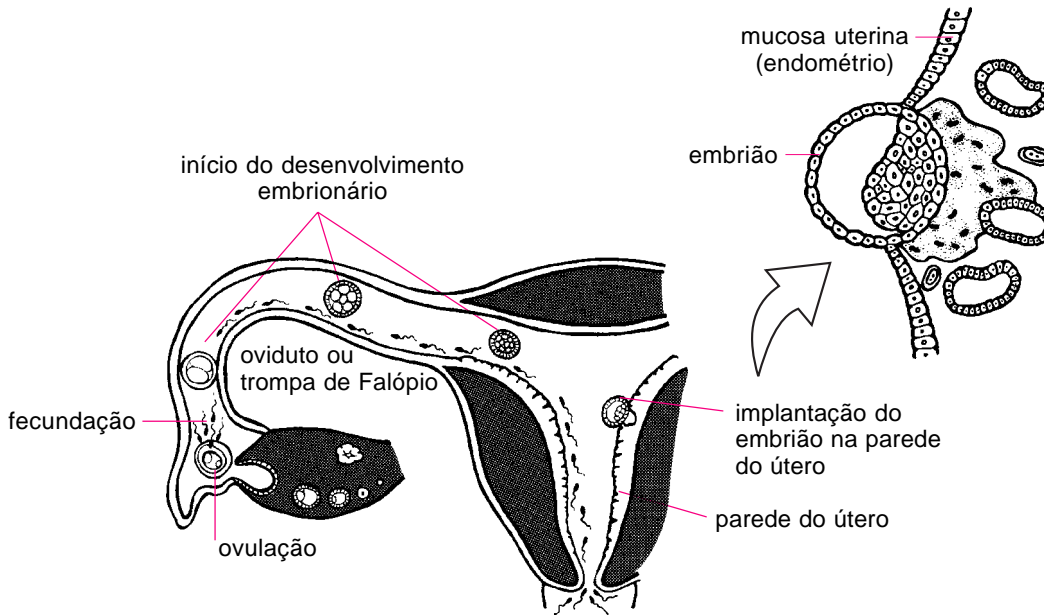
Mudanças que não vemos

Nem todas as mudanças que ocorrem no corpo das gestantes podem ser percebidas por sinais evidentes. Com a presença de um novo ser, é preciso ter mais oxigênio para suprir as necessidades dos dois. Calcula-se que é de 20% essa necessidade de oxigênio adicional durante a gravidez. Para transportar essa quantidade maior de oxigênio há um aumento na quantidade de glóbulos vermelhos do sangue e um aumento do trabalho do coração. Essas alterações podem causar palpitações e elevação da pressão sanguínea.

A placenta

Observe a figura abaixo e veja como o novo ser invade o endométrio e se fixa. No ponto em que se fixa, começa a se formar a placenta, que se liga ao embrião pelo cordão umbilical.

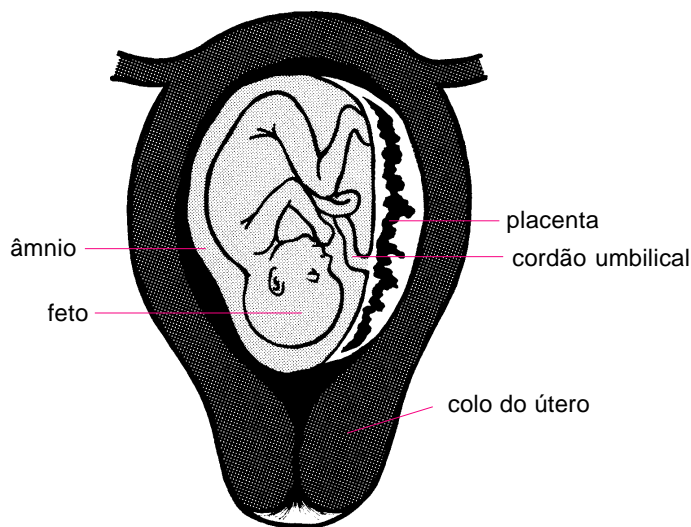
IMPLANTAÇÃO DO EMBRIÃO NO ENDOMÉTRIO



A placenta é o local de troca de substâncias entre a mãe e o embrião. Por ela passam nutrientes e oxigênio para o feto, do mesmo modo que este envia seus resíduos para serem eliminados pela mãe. Muitas substâncias podem atravessar a placenta, inclusive substâncias tóxicas e agentes infecciosos, como o vírus causador da rubéola. Porém, o sangue não é uma delas. **Não há troca de sangue entre a mãe e o feto.**

É a placenta que produz alguns dos hormônios próprios da gravidez.

PLACENTA, CORDÃO UMBILICAL E ÂMNIO



A mulher grávida deve ter muito cuidado com substâncias como álcool, fumo e outras drogas, pois elas podem passar pela placenta, prejudicando a formação do feto. Pelo mesmo motivo ela só deve ingerir medicamentos receitados pelo médico.

Além da placenta, forma-se uma bolsa de líquido envolvendo o feto, que tem como principal função protegê-lo contra qualquer pancada. É a famosa “bolsa” (âmnio), que se rompe um pouco antes do parto, indicando a proximidade do nascimento do bebê.

O pré-natal

A partir do momento em que a mulher desconfiar que está grávida, deve procurar um **ginecologista-obstetra** para se certificar da gravidez e, caso o exame de gravidez seja positivo, iniciar um trabalho denominado **pré-natal**. Este acompanhamento médico é fundamental pois diminui o risco de problemas na gravidez e no parto, além de facilitar o diagnóstico de possíveis problemas com o nenê.

Muitos exames são realizados durante o pré-natal, como exames de sangue, acompanhamento da pressão sangüínea e exames de ultrassonografia.

A geração de uma criança é sem dúvida um fato importante, que transforma a vida dos pais. Entretanto, a decisão de ter um filho não depende só de estar fisicamente preparado para isso. Fatores psicológicos, econômicos e sociais também influenciam.

Atualmente há várias maneiras de manter uma vida sexual ativa evitando filhos. Existem métodos anticoncepcionais que possibilitam escolher o momento mais adequado para gerar uma criança.

Nos postos de saúde você pode encontrar médicos para informar sobre os métodos anticoncepcionais existentes, o que ajudará a escolher o mais adequado.

Quadro-síntese

a) Por que a mulher grávida:

Não menstrua?

.....
.....

Tem enjôos e prisão de ventre?

.....
.....

Tem freqüentes infecções urinárias?

.....
.....

(continua)

(continuação)

Fica inchada?

.....
.....

Tem a pressão sanguínea aumentada e palpitações?

.....
.....

Precisa de uma alimentação saudável?

.....
.....

b) Qual a importância do pré-natal?

.....
.....

Exercício 4

A maioria dos órgãos do bebê irá se formar até o final do terceiro mês de gestação. Explique por que muitos medicamentos não são indicados para gestantes nos primeiros meses.

Exercício 5

Se, no início da gravidez, uma mulher ingere uma substância que inibe o efeito da gonadotrofina o que acontece? Por quê?

Exercícios