

Partilhe Artigo

X

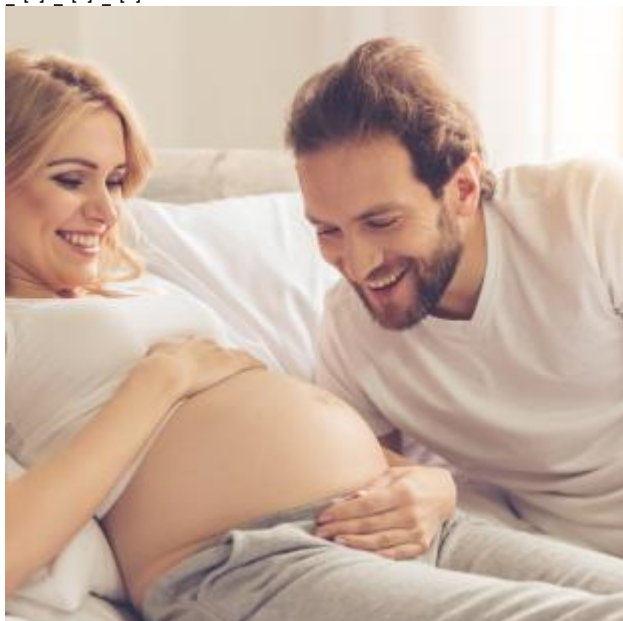


25 semanas de gravidez

Já vai nas 25 semanas de gravidez e faltam apenas duas para terminar o segundo trimestre: está a preparar-se para a reta final. O sentido do tato do bebé está a começar a florescer. Leia mais sobre como ajudar a desenvolvê-lo.

<https://www.nestlebebe.pt/minha-gravidez-semana-semana/segundo-trimestre...> [1]

[2] [3] [4]



25 semanas de gravidez

Já vai nas 25 semanas de gravidez e faltam apenas duas para terminar o segundo trimestre: está a preparar-se para a reta final. O sentido do tato do bebé está a começar a florescer. Leia mais sobre como ajudar a desenvolvê-lo.

Terça, 25 de Julho de 2017

- ^[5]
- [Imprimir](#) ^[1]
- [Partilhar](#)



Às 25 semanas de gravidez, é possível que por vezes se questione se o seu bebé está a dançar salsa dentro da sua barriga. Com as suas inúmeras piruetas e, em certas ocasiões, constante movimento de um lado para outro do seu pequeno refúgio, é inevitável tocar ou bater na parede uterina. Como sempre, não se preocupe se tem um bebé tranquilo e não sente nada disto: não existem dois bebés iguais! Toca e empurra com as mãos e os pés, com a cabeça ou até com as costas. Por vezes está irrequieto. Faça-o saber que está presente dando festinhas na barriga. O bebé irá sentir e poderá até querer tocar na sua mão com a dele quando se desenvolve o sentido do tato. Estas trocas sensoriais irão ajudá-la a estreitar ainda mais o vínculo com o pequeno ser que cresce dentro de si.

Mudanças no corpo

Sabe que carrega dentro de si um pequeno sonhador? Os cientistas descobriram que os bebés podem sonhar no útero. Eles viram que, em algumas fases do sono, os fetos mexem claramente os olhos sob as pálpebras, como todos nós. Anda a dormir bem? Algumas futuras mamãs preocupam-se com os pesadelos que têm durante esta fase da gravidez.

Infelizmente, é bastante natural, já que as preocupações ou problemas nos acompanham no sono. Lembre-se apenas do seguinte: é fantasia acreditar que um sonho seja uma premonição. Encare as preocupações como um sinal positivo. Na realidade, um sonho mau aminho de se transformar numa boa mãe. O bebé ainda nem n tudo!



O que comer e o que não comer

Na 25.^a semana da gravidez, recomendamos que escute o seu coração. E os seus desejos. Algumas mulheres afirmam que não cedem aos desejos porque pensam que o bebé poderá, por exemplo, não gostar de caril. Não é verdade! O bebé não recebe o caril como uma porção direta: recebe apenas a experiência aromática através do líquido amniótico. Ou seja, as moléculas. E, além disso, recebe a sua satisfação por ter desfrutado daquilo que comeu. Utilize as ervas aromáticas e as especiarias de que mais gosta. Tudo aquilo que dê sabor é bom. A única coisa que lhe sugerimos é que vá com calma com o picante. As malaguetas podem irritar os dois!

Conselhos para grávidas

Tornozelos inchados? Damos-lhe alguns conselhos rápidos para aliviar o problema. Existem duas soluções, cada uma exatamente o contrário da outra: pode sentar-se e colocar os pés ao alto ou caminhar. A elevação dos pés ajuda a aliviar a pressão nas pernas e tornozelos, ao passo que caminhar permite que a barriga das pernas ative a circulação sanguínea e transporte líquido para outras partes do seu corpo. Contudo, se também observar inchaço no rosto ou nas mãos, consulte o seu médico imediatamente. Estes sintomas podem ser indicadores de pré-eclampsia, um tipo de pressão arterial alta comum na gravidez.

[Ler mais](#) ^[6]

URL de origem: <https://www.nestlebebe.pt/minha-gravidez-semana-semana/segundo-trimestre/25-semanas-de-gravidez>

Ligações

[1] <https://www.nestlebebe.pt/minha-gravidez-semana-semana/segundo-trimestre/25-semanas-de-gravidez>

[2] [https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebebe.pt/minha-gravidez-semana-semana/segundo-trimestre/25-semanas-de-gravidez&media=https://www.nestlebebe.pt/sites/default/files/styles/thumbnail/public/articles/istock-627781164.jpg&description=25 semanas de gravidez](https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebebe.pt/minha-gravidez-semana-semana/segundo-trimestre/25-semanas-de-gravidez&media=https://www.nestlebebe.pt/sites/default/files/styles/thumbnail/public/articles/istock-627781164.jpg&description=25%20semanas%20de%20gravidez)

[3] <https://twitter.com/share?text=25%20semanas%20de%20gravidez&url=https%3A//www.nestlebebe.pt/minha-gravidez-semana-semana/segundo-trimestre/25-semanas-de-gravidez>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.nestlebebe.pt/minha-gravidez-semana-semana/segundo-trimestre/25-semanas-de-gravidez>

[5] <https://www.nestlebebe.pt/printpdf/148331>

[6] <https://www.nestlebebe.pt/javascript%3A%3B>