

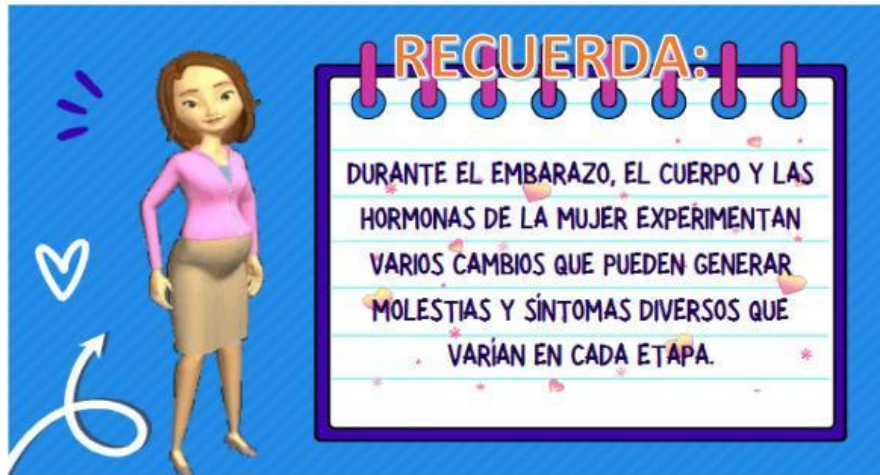


SÍNTOMAS DEL EMBARAZO



NOMBRE DEL ESTUDIANTE:

CURSO Y PARALELO:



1.- Selecciona aquellos que son síntomas del embarazo:



| | | |
|-----------------------------|------------------------------|--------------------------|
| Ausencia de la menstruación | Acidez gástrica alimenticias | Fatiga |
| Náuseas y vómitos | Mareos o desmayos | Problemas con la micción |
| Dolor de garganta | Hinchazón | Antojos o aversiones |

2.- Marque el literal correcto. - ¿Cuál es uno de los primeros signos que hacen sospechar de un embarazo?

- ☐ Dolor de cabeza
- ☐ Ganas de dormir
- ☐ Ausencia de la menstruación
- ☐ Náuseas después de comer



3.- Seleccione el literal adecuado. - ¿Qué significa tener aversiones alimenticias durante el embarazo?

- ☐ Comer más de lo normal
- ☐ Sentir rechazo por ciertos alimentos
- ☐ Comer solo frutas
- ☐ Tener antojo por todo



4.- Elija el ítem apropiado. - ¿Qué causa los mareos o desmayos en una mujer embarazada?

- ☐ Comer demasiado
- ☐ Dormir mucho
- ☐ Baja presión o azúcar en la sangre
- ☐ Caminar rápido



5.- El enunciado:

Pueden pasar en cualquier momento del día. En algunas mujeres se presentan en los primeros meses del embarazo en otras persisten durante todo el embarazo, se refiere al síntoma: Nauseas y vómitos.



6.- Escoja el ítem oportuno. - ¿Por qué la mujer orina más al final del embarazo?

- ☐ Porque toma más agua
- ☐ Porque el bebé presiona la vejiga
- ☐ Porque hace mucho calor
- ☐ Porque está enferma



7.- Seleccione el literal acertado. - ¿Qué alimentos debe evitar una mujer con acidez gástrica en el embarazo?

- ☐ Frutas y verduras
- ☐ Grasas y comidas pesadas
- ☐ Lácteos y agua
- ☐ Sopas y jugos



8.- Relaciona cada síntoma del embarazo con la acción que ayuda a aliviarlo.

| Síntoma |
|---------------------------|
| Acidez gástrica |
| |
| Hinchazón en pies y manos |
| |
| Fatiga |
| |
| Mareos o desmayos |

| Acción recomendada |
|---|
| Elevar las piernas y reducir sal |
| |
| Comer porciones pequeñas y evitar grasas |
| |
| Descansar más y tener buena alimentación |
| |
| Hidratarse bien y alimentarse adecuadamente |



No te rindas, eres siempre capaz de alcanzar lo que te propongas. ¡ÉXITO!

