

*El primer trimestre comienza el primer día de su último período y dura hasta el final de la semana 12. Suceden muchas cosas durante estos primeros tres meses.*

## Conozca a Nuestras Parejas

Vea la experiencia del primer trimestre a través de la vida de tres parejas:

Mariah y Tyler—comprometida y embarazada de su primer bebé.

Laila y Joseph—casada y embarazada de su quinto bebé.

Mikayla y Kyle—separada y embarazada de su primer bebé.

### Mariah y Tyler

Mariah ha tenido fuertes náuseas matutinas. Su médico le recetó Zofran para ayudarla con eso. Si bien este es un momento difícil para estar embarazada, ella y Tyler están emocionados. Mariah cuando estaba creciendo no tuvo a su madre debido a las drogas, y Mariah fue trasladada a varios hogares de acogida diferentes. Mariah acepta el hecho de que su madre no estará en el baby shower ni en el parto. Pero se muestra inflexible en cuanto a mantener las drogas fuera de su propia vida, especialmente ahora que está embarazada, a pesar de las preocupaciones de su familia de que pueda seguir los pasos de su madre.

### Laila y Joseph

Laila y Joseph no planeaban tener un quinto hijo. Estaban planeando mudarse y acababan de tener un bebé ocho meses antes, por lo que se sorprendieron por el embarazo. Ella no siente que su cuerpo esté todavía listo, pero ambos sienten que cada bebé es una bendición. Su familia se sorprendió al principio y pensó que les estaban haciendo una broma, pero todas las personas a las que les ha dicho la han apoyado.

### Mikayla y Kyle

Mikayla no estaba tratando de quedar embarazada. Finalmente lo aceptó cuando se dio cuenta de que no iba a desaparecer. Pero ahora ella está más emocionada por eso. Ella y Kyle son amigos cercanos, pero rompieron poco después de que ella quedó embarazada. La hermana mayor de Mikayla, que ha tenido dos abortos espontáneos, se suponía del embarazo y lo sentía como si fuera una bofetada en la cara. Mikayla estaba muy preocupada en contarle sus noticias.

## Preocupaciones del Primer Trimestre

### Laila y Joseph

Aunque este es su quinto embarazo, Laila tiene miedo. Estuvo en trabajo de parto de su último hijo durante unas diecisiete horas, y después fue duro para su cuerpo.

### Mikayla y Kyle

¡Mikayla siempre ha estado emocionada por estar embarazada! Pero le preocupa el dolor de espalda durante el embarazo porque siempre ha luchado con él. También está preocupada por “todo el asunto del nacimiento”.

### Mariah y Tyler

Mariah está aterrorizada de que tenga que someterse a una cesárea. Su partera le dijo que su tamaño de zapato pequeño, talla 2, podría indicar que su útero es pequeño, lo que podría conllevar a una cesárea. ¡Ha estado mirando videos de YouTube y se ha asustado!

## Síntomas del Primer Trimestre

### Mariah y Tyler

Mariah se sintió bien hasta la semana 6. Y luego se despertó con fuertes náuseas y vómitos. Pero luego le recetaron el Zofran y se sintió mejor. Ella ha descubierto que la natación también la ayuda. Se cansa y siente náuseas cuando se excede en las cosas.

### Laila y Joseph

Además de las náuseas, Laila es especialmente sensible a los olores. También ha estado muy cansada y mareada. Ella se siente muy caliente todo el tiempo.

## Síntomas del Primer Trimestre \*continuación\*

### Mikayla y Kyle

Mikayla luchó con náuseas severas durante dos semanas a partir de su octava semana. Ha sido duro, pero ha comenzado a descubrir sus trucos para ayudarse con eso, como usar las bandas de acupresión Preggie Pop Drops y Sea-Band Mama. También ha luchado contra los mareos y ha estado controlando su presión arterial.

## ¿Niño o Niña?

### Mariah y Tyler

Mariah quiere saber el sexo de su bebé, pero Tyler no. Tyler espera un niño, pero realmente lo que quiere es un bebé saludable. Para su revelación de género, estaban pensando en vestir a sus perros con tutús azules o rosados.

### Laila y Joseph

Tanto Laila como Joseph quieren una niña, pero en realidad solo desean un bebé saludable. ¡Sin embargo, Joseph llorará si es una niña!

### Mikayla y Kyle

Kyle cree que van a tener un niño, pero Mikayla cree que es una niña debido a sus náuseas matutinas. No van a hacer una revelación de género porque todavía están tratando de decidir sobre la crianza o la adopción.

## Preocupaciones Médicas

### Mikayla y Kyle

Mikayla tiene ansiedad y toma medicamentos para eso. Dejó de tomarlos por iniciativa propia porque la hacía sentir mareada. "Siempre debe hablar primero con su proveedor médico antes de realizar cualquier cambio en su medicamento".

### Laila y Joseph

Laila comenzó a sangrar y fue a Urgencias para hacerse una ecografía. Afortunadamente, todo estuvo bien con el bebé, pero no saben por qué ocurrió el sangrado. Ella es Rh negativo, por lo que recibió una inyección de RhoGam para proteger al bebé de sus anticuerpos. Estuvieron en la sala de emergencias durante tres horas y media, pero se sienten aliviados de que su bebé esté bien.

## Alimentos, Estados de Ánimo y Cambios

### Mariah y Tyler

A Mariah le encantaban las comidas calientes antes del embarazo, pero ahora no puede comer platos picantes. Ella y Tyler solían discutir mucho antes de que ella quedara embarazada, pero ahora se esfuerzan por hablar de las cosas. Ella está feliz de tener a Tyler a su lado. Tyler está tratando de encontrar un trabajo estable. Mariah va a obtener su GED.

### Laila y Joseph

Los antojos de Laila están por todas partes, desde Slim Jims hasta Oreos. Laila ha eliminado toda la cafeína, pero bebe batidos de proteínas. Laila ha sentido que su estado de ánimo cambia y se irrita fácilmente. Joseph es muy comprensivo con sus estados de ánimo. Sienten que tener cinco bebés cambiará todo. Laila estaba planeando volver a la escuela, pero ahora tendrá que esperar.

### Mikayla y Kyle

Mikayla anhela alimentos realmente ácidos. No discuten mucho en persona, sino a través de mensajes de texto. Mikayla siente que tiene un cerebro de "embarazo" y olvida cosas. Ella va a poner su próximo semestre en espera.