

Manchas

- En el 70% de mujeres se produce, durante el embarazo, un **oscurecimiento de la piel de la cara, sobre el labio superior**, como consecuencia del aumento de la secreción hormonal, que induce al aumento de la producción de melanina (pigmento de la piel), efecto conocido como cloasma o melasma.
- Por lo general aparecen **manchas parduzcas en la frente, en las sienes y en la parte central de la cara**. Es posible que con la exposición al sol esas áreas oscurecidas se tornen aun más oscuras.
- También por una pigmentación excesiva en la piel, a muchas mujeres les aparece una **línea negra que va del ombligo a la zona púbica**.

Estrías

- Por otra parte, a medida que crecen los senos y el abdomen, en la mayoría de las mujeres **surgen estrías en la piel de las zonas de los glúteos, muslos, caderas o senos**. Éstas se producen por pequeños desgarros del tejido que yace justo debajo de la piel y que ayuda a la piel a estirarse. Para prevenirlas durante el embarazo **es importante mantener la piel bien hidratada**.
- Por lo general desaparecen o se notan menos después del parto. En las farmacias pueden encontrarse cremas para tratarlas, que son efectivas.

Picazón

- Muchas mujeres embarazadas tienen **picazón en la piel, en especial en el vientre y en los senos**, durante el segundo y tercer trimestre. Eso sucede a medida que la piel se estira para adaptarse al crecimiento del cuerpo.
- Para contrarrestarlo es útil la utilización de syndets (detergentes sintéticos) y lociones hidratantes e incluso sprays calmantes.

Otros cambios

Otros cambios en la piel observados durante el embarazo pueden ser:

- **aparición de vello en la cara, brazos y piernas**, que suele desaparecer dentro de los seis meses postparto;
- **aumento de la secreción de grasa** que produce un cierto brillo en la cara; picor o
- **enrojecimiento de las palmas de las manos**;
- **acné**, en especial en mujeres que normalmente tenían erupciones durante la menstruación;
- **cambios en las uñas**, más frágiles y quebradizas;
- **aumento de la sudoración** como consecuencia de las hormonas circulantes durante el embarazo
- y la **dilatación de los vasos sanguíneos**, que propicia la aparición de varicosidades venosas en las piernas.