

# ACCOMPAGNER LA PERINATALITE

## MODULE 1

### LES ETAPES DE LA GROSSESSE

#### LE 1<sup>ER</sup> TRIMESTRE



# LES ETAPES DE LA GROSSESSE - LE 1<sup>ER</sup> TRIMESTRE

## COMMENT SE DEROULE LA GROSSESSE?

### DESCRIPTIF DU POINT DE VUE DU BEBE A VENIR

Sur le plan médical, la durée d'une grossesse est estimée à 280 jours ou 40 semaines. Il est tout à fait possible que celle-ci dure jusqu'à presque 41 semaines ou 285 jours, surtout pour une 1<sup>ère</sup> grossesse.

Par contre, une grossesse ne peut se prolonger au-delà de 300 jours, sous peine de prise de risque pour le bébé. Il est alors proposé aux futures mamas un déclenchement de l'accouchement pour éviter toute complication.

Il est d'usage dans le milieu professionnel de la santé de calculer le déroulé de la grossesse en termes de semaines de grossesse plutôt qu'en mois, pour plus de précisions.

**La durée de grossesse se divise ensuite en trimestre de grossesse** : En prenant comme départ une nouvelle ovulation, environ 2 semaines après les dernières règles

⇒ **Le 1<sup>er</sup> trimestre** correspond à la période qui va de la fécondation jusqu'à la 14<sup>ème</sup> semaine d'aménorrhée

⇒ **Le 2<sup>ème</sup> trimestre** correspond à la période qui va de la 15<sup>ème</sup> semaine jusqu'à la 28<sup>ème</sup> semaine d'aménorrhée

⇒ **Le 3<sup>ème</sup> trimestre** correspond à la période qui va de la 29<sup>ème</sup> semaine jusqu'à la naissance

# LES ETAPES DE LA GROSSESSE - LE 1<sup>ER</sup> TRIMESTRE

## COMMENT SE DERoule LA GROSSESSE?

### LA 1<sup>ÈRE</sup> ÉTAPE LORS D'UNE GROSSESSE DÉMARRE À LA SEMAINE 3 AVEC :

- **LA FÉCONDATION** qui correspond à la pénétration d'un spermatozoïde (gamète mâle) dans un ovule (gamète femelle), celle-ci se réalise dans l'une des deux trompes de Fallope (deux conduits reliant l'utérus à chacun des ovaires)
- **LA FUSION:** le spermatozoïde, après avoir perdu son flagelle, fusionne avec l'ovule. La fusion des deux noyaux engendre un œuf.
- **LA DIVISION CELLULAIRE:** au deuxième jour, l'œuf commence sa division cellulaire et après de multiples divisions, l'œuf devient un embryon.
- **LA NIDATION:** au sixième jour, l'embryon quitte la trompe de Fallope et s'implante dans l'utérus afin de poursuivre son développement.

## LES ETAPES DE LA GROSSESSE - LE 1<sup>ER</sup> TRIMESTRE

### LA 2<sup>ÈME</sup> ÉTAPE CONCERNE LE PROCESSUS DE NIDATION EN SEMAINE 4 :

- L'œuf fécondé a donc migré vers les parois de la muqueuse utérine pour s'y attacher, s'y fixer. Pour que la nidation se passe au mieux, la production de l'HCG (hormone chorionique gonadotrope) par l'œuf s'active.
- Le taux de HCG double tous les 2-3 jours au début de la grossesse pour atteindre son pic, entre la 8<sup>e</sup> et la 10<sup>e</sup> semaine.
- Grâce au taux d'HCG, le taux de progestérone va lui aussi s'intensifier.
- La progestérone en grande production permet l'épaississement de la muqueuse pour accueillir l'œuf en toute sécurité qui s'implante profondément.
- Le futur embryon pourra y puiser tous les nutriments et oxygène dont il a besoin pour sa croissance.
- La taille de l'œuf à ce stade est d'environ 1,5 millimètre. Il contient plusieurs cellules et ressemble à une petite framboise.
- Il est formé de deux couches : une partie intérieure qui formera l'**embryon** et une partie extérieure qui deviendra le placenta, l'enveloppe servant à protéger et à nourrir l'embryon.
- Le premier stade du système nerveux est déjà en place.

# LES ETAPES DE LA GROSSESSE - LE 1<sup>ER</sup> TRIMESTRE

## LA SEMAINE 5 - L'ŒUF DEVIENT EMBRYON

- La croissance de l'embryon s'intensifie et celui-ci passe de sa forme ronde (œuf) à une forme allongée (comme haricot) jusqu'à ressembler à un petit hippocampe.
- La circulation sanguine se met en place, ce qui permet à l'embryon de croître très vite cette semaine.
- Le cœur a commencé son premier stade de développement et le visage se précise avec l'apparition des yeux, du nez, de la bouche, et des oreilles.

### 3 groupes de cellules se précisent :

- Feuillet ectoderme pour la peau, les yeux, les oreilles et le système nerveux
- Feuillet mésoderme pour les muscles, le squelette et les vaisseaux sanguins
- Feuillet endoderme : tube digestif, pancréas, poumons

→ Le cordon ombilical relie l'embryon à la matrice, permettant à celui-ci de recevoir les nutriments nécessaires à sa croissance, provenant de l'oxygène et de l'alimentation de sa mère. Le cordon a aussi pour fonction d'évacuer les déchets.

→ A ce stade, l'embryon, bien niché dans la cavité utérine, baigne dans le liquide amniotique.

## LES ETAPES DE LA GROSSESSE - LE 1<sup>ER</sup> TRIMESTRE

### SEMAINE 6 - APPARITION ET DÉVELOPPEMENT DU TUBE NEURAL, ET DES BATTEMENTS DU CŒUR

- Nous en sommes à 4 semaines depuis le moment de la conception (fécondation)
- Le tube neural se complète permettant le développement de tout le système nerveux comme le cerveau, la moëlle épinière et les nerfs.
- A la fin de cette 6<sup>ème</sup> semaine, ce tube se referme.
- Le cœur a commencé à battre tout en continuant à se développer ainsi que l'ébauche des bras et des jambes (petits bourgeons).
- Au niveau des organes, apparaissent les poumons, l'estomac, le pancréas ainsi que l'oreille interne et le cristallin des yeux.

### SEMAINE 7 - DÉVELOPPEMENT DU CERVEAU

- La 7<sup>ème</sup> semaine est celle du développement du cerveau avec l'ébauche du cortex et le développement des deux hémisphères, de l'écorce cérébrale et de la matière grise.
- L'arrière du cerveau devient plus large, permettant à l'embryon d'incliner la tête vers l'avant.
- La tête se développe et au visage, apparaissent les narines, et de chaque côté de celle-ci, les yeux. Au niveau de la bouche, le sillon des gencives apparaît, où pousseront les dents de lait.
- Les organes vitaux sont tous en cours de développement sans être fonctionnels. À l'intérieur du cœur, les 4 cavités apparaissent.

## LES ETAPES DE LA GROSSESSE - LE 1<sup>ER</sup> TRIMESTRE

### SEMAINE 8 - IL COMMENCE À BOUGER

- Les paupières et les oreilles externes se développent, par contre , le nez et la lèvre supérieure sont déjà formés.
- Les premiers sens qui s'éveillent chez l'embryon sont l'odorat et le goût, des récepteurs olfactifs apparaissent durant cette 8<sup>ème</sup> semaine.
- Les doigts et les orteils apparaissent comme de petits bourgeons aux extrémités des membres, tout comme ce qui correspondra à l'emplacement des articulations des coudes et des genoux.
- L'embryon bouge au niveau du tronc et des membres, et peut se déplacer à l'intérieur de l'utérus. Cependant la maman ne le sent pas encore vraiment, ou perçoit comme des bulles, des papillons dans le ventre...
- Les organes vitaux continuent leur développement comme l'estomac, l'intestin, le pancréas et les reins sans être encore fonctionnels.
- À la fin de cette semaine, l'embryon mesure de 11 à 14 mm

# LES ETAPES DE LA GROSSESSE - LE 1<sup>ER</sup> TRIMESTRE

## SEMAINE 9 - LES BRAS ET LES JAMBES

- Durant cette semaine, les bras et les jambes s'allongent et les articulations se précisent, coudes, genoux, poignets et chevilles. Les muscles et les nerfs prennent forme.
- La tête s'arrondit progressivement avec une taille plus importante que le reste du corps.
- Sur le plan sensoriel, les récepteurs du toucher (récepteurs tactiles) autour de la bouche de l'embryon apparaissent. Au cours de cette semaine, les premières cellules gustatives se développent.
- C'est aussi la période de la différenciation sexuelle avec soit le développement des ovaires, soit des testicules dans leur forme embryonnaire. Il faudra attendre le 3<sup>e</sup> mois de vie pour l'apparition des organes génitaux .
- L'embryon ressemble de plus en plus à un fœtus et celui-ci peut expérimenter une multiplicité de mouvements.

# LES ETAPES DE LA GROSSESSE - LE 1<sup>ER</sup> TRIMESTRE

## SEMAINE 10 - LES ARTICULATIONS ET LES OREILLES

- Les paupières formées peuvent protéger les yeux en formation. Les oreilles externes ont l'apparence qu'elles auront à la naissance.
- Le rythme cardiaque de l'embryon est d'au moins 130 battements par minute, mais il peut aller jusqu'à 160 battements par minute. Ces battements peuvent être perçus à l'aide d'un Doppler, ou lors d'une échographie.

## SEMAINE 11 - L'EMBRYON DEVIENT OFFICIELLEMENT FŒTUS

- Une étape importante a été franchie, liée à la croissance de l'embryon durant ces 1ères semaines de vie : celui-ci est arrivé au stade du fœtus. La croissance de la tête, toujours plus volumineuse que le corps se ralentit pour s'arrondir.
- Au niveau du visage, les yeux ont migré des côtés vers l'avant du visage. Les paupières recouvrent pleinement les yeux.
- Le fœtus peut ouvrir la bouche avec des lèvres bien définies. Il peut boire du liquide amniotique, avec déjà les reins et le système urinaire qui amorcent leur fonctionnement.
- Dans la bouche et dans le nez, apparaissent les premières structures cellulaires correspondant aux papilles pour le sens du goût et celles pour le sens de l'odorat.
- Les glandes salivaires et les cordes vocales commencent leur développement.

# LES ETAPES DE LA GROSSESSE - LE 1<sup>ER</sup> TRIMESTRE

## SEMAINE 12 - CAP DES 3 MOIS

- A ce stade du développement du fœtus, tous les organes et les systèmes vitaux sont à présent partiellement formés.
- Les ongles ont démarré leur développement.
- Tout ce qui constitue l'intestin grêle est maintenant bien à l'intérieur du ventre du fœtus.
- Au niveau du cerveau, les cellules nerveuses se multiplient et se relient entre elles en créant les synapses.
- Les 1ers réflexes archaïques apparaissent. Ces réflexes archaïques confirment le bon développement neurologique du fœtus.
- La taille du fœtus est maintenant d'environ 6 cm (de la tête au coccyx), son poids est d'environ de 14 g.
- Le sac amniotique occupe tout l'espace de l'utérus, celui-ci est vital car il assure un environnement sûr avec une température constante, une protection contre tous chocs ou infection, sans oublier une réserve d'eau de nutriments en plus de ceux transmis par le sang de la maman via le cordon ombilical.
- C'est aussi le cap des 3 mois qui éloigne fortement la probabilité de fausses couches spontanées.

# LES ETAPES DE LA GROSSESSE - LE 1<sup>ER</sup> TRIMESTRE

## SEMAINE 13 - TISSUS OSSEUX ET MOELLE OSSEUSE

- Les premiers tissus osseux commencent à se modeler, tout en restant mous (bassin, côtes, crâne, colonne vertébrale et membres).
- Les bourgeons des dents de lait apparaissent et le sang du fœtus se constitue et la moelle osseuse produit ses premiers globules.
- Apparition du Lanugo (petits poils très fins sur la peau fine du fœtus), celui-ci disparaîtra avant la naissance.
- La pigmentation rouge.
- de la peau se développe, et les récepteurs tactiles recouvrent le visage, la paume des mains et la plante des pieds.

## SEMAINE 14 - LE FŒTUS COMMENCE À SUCER SON POUCE

- Les traits du visage se précisent comme le nez et la bouche. Les oreilles ont pris leur emplacement sur le côté de la tête.
- Le fœtus est en capacité de faire certaines expressions faciales (réflexes archaïques) comme froncer les sourcils et/ou grimacer.
- Les empreintes digitales apparaissent
- Le fœtus commence à réagir aux stimuli extérieurs, surtout à ceux de sa mère, c'est la période où il peut sucer son pouce.
- Les organes génitaux deviennent apparents : Chez les filles, les follicules ovariens se forment et chez les garçons, la prostate devient visible.
- À la fin de ce premier trimestre, le fœtus mesure 9 cm (de la tête au coccyx) et pèse environ 40 g.

# LES ETAPES DE LA GROSSESSE - LE 1<sup>ER</sup> TRIMESTRE

## CAS PARTICULIERS DE LA PERIODE DE FECONDATION

### GROSSESSE ECTOPIQUE OU EXTRA-UTERINE

L'œuf s'implante à l'extérieur de l'utérus, dans une trompe de Fallope. Il faut interrompre la grossesse pour protéger la santé de la mère.

### GROSSESSE GEMELLAIRE

Les « **vrais jumeaux** » sont issus d'un même ovule fécondé qui s'est complètement séparé en 2 embryons qui partagent le même code génétique, le même sexe et le même physique.

Les « **faux jumeaux ou jumeaux fraternels** » sont issus de la fécondation de 2 ovules. Ils ont chacun leur propre code génétique, peuvent être de sexe différent et ont une apparence physique propre à chacun.