

¿CÓMO SÉ SI ESTOY EN TRABAJO DE PARTO?

Aplica a pacientes con 37 o más semanas de embarazo

¿QUE ES NORMAL?



El trabajo de parto temprano es la fase del trabajo de parto que comienza en la primera serie de contracciones.

- Estas contracciones se desarrollan en un patrón constante que eventualmente se vuelve más frecuente y dura más.
- El trabajo de parto prematuro puede durar varias horas o incluso varios días y continuará hasta el trabajo de parto activo.
- Durante esta fase, el cuello uterino comenzará a dilatarse (abrirse hasta 5 cm) y borrarse (adelgazar)
- Quedarse en casa más tiempo puede proporcionar más tiempo para que las mamás se relajen y mantengan la calma.
- Se observan secreciones sanguinolentas o de líquido, o flujo teñido de rosa

EL MOVIMIENTO ES IMPORTANTE

- Cambiar de posición con frecuencia puede mejorar el progreso del trabajo de parto y potencialmente acortar el tiempo.
- Las diferentes posiciones pueden permitir que la gravedad ayude a mover al bebé a la posición de parto.
- Cambiar de posición puede ayudar con el dolor y aliviar la presión asociada con el dolor de espalda o el dolor de parto

- 3 de cada 5 mujeres no utilizan el movimiento como herramienta para tener éxito en el trabajo de parto
- Utilice diferentes técnicas de respiración.
- Ponerse en cuclillas, pararse, balancearse, acostarse de lado o caminar puede ayudar al bebé a descender o crear espacio pélvico.

Los pacientes que se quedan en casa durante el trabajo de parto temprano experimentan resultados positivos

QUÉDESE EN CASA DURANTE EL TRABAJO DE PARTO TEMPRANO

- Disminución del potencial de cesárea
- Disminución del potencial de intervenciones



TRABAJO DE PARTO ESPONTÁNEO

Permita que el trabajo de parto comience por sí solo. Su cuerpo le indicará cuándo es el momento de que nazca el bebé.



Llame a su médico si:

- Su Fuente se rompe
- Empieza a sangrar rojo brillante
- Las contracciones son tan fuertes que ya no puede hablar ni caminar con facilidad
- Le preocupa que el bebé no se mueva



511: la pauta general es quedarse en casa hasta que las contracciones tengan una diferencia de 5 minutos y duren 1 minuto durante 1 hora o siguiendo las pautas de su proveedor sobre cuándo ir al hospital.

SIGNOS DE ALARMA

Llame a su proveedor o a la unidad de trabajo de parto si experimenta:

- Sangrado que es más de una cucharada de sangre roja brillante
- Fiebre
- Vómitos
- Mal olor
- Líquido verdoso u oscuro
- Dolores de cabeza extremos
- Flotadores o cambios en la vista
- Respiración dificultosa

