

Dele a su hijo un comienzo saludable.

Siga los pasos correctos para evitar el parto prematuro.



Los bebés que nacen antes de la semana 37 del embarazo, más de tres semanas antes, tienen mayor probabilidad de presentar problemas de salud graves y permanecer más tiempo en el hospital.

La progesterona es una hormona que produce el organismo de las mujeres, que aumenta durante el embarazo. Los tratamientos con progesterona permiten reducir la probabilidad de parto prematuro en mujeres que no producen la cantidad suficiente de la hormona. Si está embarazada o pretende quedar embarazada, consulte con su médico, matró n o enfermero sobre cómo la progesterona puede ayudarla a usted y a su bebé.



Conozca los riesgos y cómo reducir la probabilidad de un parto prematuro.

Tiene mayor probabilidad de parto prematuro si:

- ha tenido un bebé prematuro;
- ha sufrido un aborto espontáneo;
- tiene un cuello uterino corto;
- se sometió a una cirugía en el cuello uterino;
- es negra o afroamericana;
- está embarazada de más de un bebé (mellizos o trillizos);
- usó medicamentos para la fertilidad para quedar embarazada;
- tiene antecedentes de infecciones de transmisión sexual;
- estaba con sobrepeso o bajo peso antes del embarazo;
- fuma, consume drogas o alcohol;
- consume una dieta deficiente;
- tiene mucho estrés;
- padece enfermedad de las encías.

Para disminuir la probabilidad de un parto prematuro, debe hacer lo siguiente:

- Dejar de fumar.
- Evitar las drogas y el alcohol.
- Consultar con un médico, matrón o enfermero al comienzo del embarazo y regularmente durante el embarazo.
- Conocer su riesgo de parto prematuro.
- Conocer las señales de advertencia de un parto prematuro.
- Hable con su médico, matrón o enfermero sobre la progesterona si ha tenido un bebé prematuro, un aborto espontáneo después de la semana 16 de embarazo o tiene un cuello uterino corto.

Conozca las señales de advertencia de un parto prematuro:

Las señales de parto prematuro no son las mismas para todas las mujeres. Un parto prematuro puede comenzar de forma imprevista y sin advertencia, y se desconoce la causa. Llame al médico, matrón o enfermero de inmediato si presenta alguna de las señales que se indican a continuación:

- Contracciones, con o sin dolor, 4 a 6 veces por hora.
- Dolor sordo en la parte baja de la espalda.
- Presión entre las piernas o en la parte baja del abdomen.
- Diarrea.
- Manchado o sangrado vaginal.
- Flujo o sangrado vaginal.
- Secreción vaginal acuosa, clara, rosada o roja.
- Calambres en la parte baja del abdomen o espalda, como si fuera a comenzar su período menstrual.
- Dolor intenso, contracciones o tensión en el abdomen.
- Sensación de que el bebé "se enrolla".
- Sensación de que algo no está bien.



Partos con Mejores Resultados de Ohio (OBBO, Ohio Better Birth Outcomes) es socio de CelebrateOne, una iniciativa para toda la comunidad para reducir la mortalidad infantil y permitir que más bebés celebren sus primeros cumpleaños. Para obtener más información y recursos, visite www.celebrateone.info y www.ohiobetterbirthoutcomes.org.

Información cortesía de Ohio Perinatal Quality Collaborative.