



Habla con tu médico sobre parto prematuro y asiste a todas tus citas de cuidado prenatal.

Qué debes hacer

Si identificas algunos de los signos y síntomas de parto prematuro:

- **Acuéstate** sobre tu lado izquierdo y vigila si se te alivian los síntomas o si aparecen otros.
- **Toma** de 2 a 3 vasos de agua o jugo (no café ni refrescos)
- **Llama** a tu médico; si no puedes comunicarte, ve al hospital sin perder tiempo.

Tratamiento

| a discutirse con el médico |

- Reposo y actividad física reducida
- Reducir la actividad sexual
- Realizar un cerclaje
- Tratamiento con Progesterona (17P)

Para más información pueden llamar a las Oficinas

Regionales de Madres, Niños y Adolescentes:

Aguadilla 787-246-9527

Arecibo 787-815-0083

Bayamón 787-780-3445

Caguas 787-744-3141 x. 1165

Fajardo 787-801-3074

Mayagüez 787-316-5498

Metro 787-767-8770

Ponce 787-840-7511

Proyecto Healthy Start
División Madres, Niños y Adolescentes
Departamento de Salud
PO Box 70184
San Juan, PR 00936-8184

www.salud.gov.pr

Apoyado en parte por el proyecto 49MC00105 del U.S. Department of Health and Human Services, Health Resources and Services Administration, Maternal and Child Bureau (Title V, Social Security Act).

Rev. 6/2013

Departamento de Salud
División Madres, Niños y Adolescentes
Proyecto Healthy Start

Parto
Prematuro



Cómo evitarlo
Cómo reconocerlo



Un parto prematuro es un parto que ocurre antes de las 37 semanas de gestación.

Definiciones

- ✦ **Prematuro Temprano:** nacido antes de completadas las 34 semanas de gestación.
- ✦ **Prematuro Tardío:** nacido entre las 34 a 36 semanas de gestación.
- ✦ **Bajo peso:** nació con menos de 5lbs. 8 oz.
- ✦ **Muy bajo peso:** nació con menos de 3 lbs. 4 oz

Signos y Síntomas

Un signo de peligro nos da aviso de que algo puede estar mal. Existen signos de peligro que pueden alertarnos que el parto comenzará antes de la fecha programada.

Si no le das importancia a estos signos de peligro, podrías dar a luz un bebé prematuro. Puedes sentir:

- ✦ Molestias como las de menstruación en el bajo vientre o la parte baja de la espalda.
- ✦ Contracciones o calambres cada 10 minutos o menos.
- ✦ Presión en el bajo vientre como si el bebé estuviera empujando para salir.
- ✦ Dolor de estómago (cólicos o retortijones) con o sin diarreas.
- ✦ Sensación de que la barriga se pone dura como una pelota.
- ✦ Pérdida de líquido o sangre por la vagina.
- ✦ Dolor en la parte baja de la espalda.

Factores de Riesgo

Toda mujer embarazada está a riesgo de tener un parto prematuro. Pero es importante que sepas que estás en mayor peligro de tener un parto prematuro si tienes:

Historial de:

- ✦ Partos prematuros previos
- ✦ Embarazos múltiples
- ✦ Anomalías en el cuello del útero
- ✦ Tres abortos o más

Historial médico de:

- ✦ Infecciones de orina
- ✦ Trombofilia
- ✦ Sangrado vaginal
- ✦ Bajo peso o sobre peso
- ✦ Ciertos defectos congénitos en bebés previos
- ✦ Presión arterial alta, y preeclampsia
- ✦ Periodos cortos entre embarazos
- ✦ Diabetes

Estilos de Vida:

- ✦ Consumo de alcohol
- ✦ Consumo de drogas ilícitas
- ✦ Fumar
- ✦ Maltrato doméstico, incluyendo el abuso físico, sexual y emocional.
- ✦ Falta de apoyo social
- ✦ Estrés
- ✦ Falta de cuidado prenatal o comenzarlo demasiado tarde
- ✦ Exposición al medicamento dietilestilbestrol

Un parto prematuro puede ser peligroso para tu salud y la de tu bebé. Busca ayuda inmediatamente.



Un bebé que nace prematuro puede desarrollar problemas de salud que duren toda la vida.



Complicaciones para el bebé que nace prematuro

Corto Plazo

- ✦ Problemas respiratorios
- ✦ Infecciones
- ✦ Admisión a la Unidad de Intensivo Infantil NICU
- ✦ Riesgo a: hemorragia en el cerebro, malformación congénita cardíaca, retinopatía, ictericia, anemia, enfermedad crónica
- ✦ Muerte

Largo Plazo

- ✦ Retraso mental
- ✦ Problemas de aprendizaje y de conducta
- ✦ Parálisis cerebral
- ✦ Problemas pulmonares
- ✦ Pérdida de visión y audición
- ✦ Autismo
- ✦ Diabetes
- ✦ Presión alta
- ✦ Enfermedad cardíaca

Prevención

- ✦ Tener un cuidado prenatal adecuado y temprano
- ✦ Consumir ácido fólico diariamente (400mcg)
- ✦ No consumir: alcohol, tabaco y drogas
- ✦ Mantener un peso saludable
- ✦ Manejar el estrés