



DOCUMENTO INFORMATIVO SOBRE AMENAZA DE PARTO PREMATURO

¿Qué es el parto prematuro? Es el nacimiento de un bebé después de la semana 22 y antes de la semana 37 de gestación, es decir, 3 semanas o más antes de la fecha probable de parto. Los bebés prematuros pueden tener problemas, algunos muy graves, tanto más cuanto más prematuro sea el bebé. La amenaza de parto prematuro (APP) es la situación en la que el riesgo de que se produzca un parto prematuro (PP) en poco tiempo es muy alta.

¿Qué causa el parto prematuro? Es difícil saberlo, pero sí se conoce que hay muchas mujeres que tienen más riesgo de tener un parto prematuro: embarazo gemelar, placenta previa, fumadoras, parto prematuro previo, conización cervical, malformación uterina, infecciones genitales (no la frecuente infección por hongos vaginales), etc.

¿Cómo noto que estoy con una amenaza de parto prematuro? Notaré contracciones de parto. Todas las mujeres embarazadas tienen contracciones a lo largo del embarazo, es normal. Las de parto son dolorosas, ponen toda la tripa muy dura, y son frecuentes. Cuando note, al menos, 4 en 20 minutos u 8 en una hora, acuda a urgencias del hospital. En ocasiones, los dolores se irradian a los riñones, puede ser un cólico nefrítico pero debe venir igualmente al hospital.

También debe acudir si ha notado que expulsa agua por vagina. La consistencia y color es igual a la del agua del grifo. No confundir con incontinencia de orina, en la que se expulsa líquido por genitales tras los esfuerzos (tos, risa).

¿Cómo es el tratamiento? Se le prescribirán medicamentos (cápsulas o supositorios) y un par de inyecciones. Suelen ser bastante efectivos para conseguir posponer el parto unos días, aunque ningún tratamiento es eficaz en el 100% de los casos.

¿Es muy grave tener una APP? A priori no se agobie, pues la mitad de las APP llegan a la semana 37. Si finalmente se produjera el parto prematuro, piense que la mayoría se producen tras la semana 34, y esos no suelen tener problemas graves. Si se pensara que fuera a parir antes de la semana 33 se le trasladará al hospital de referencia en Almería (H. Torrecárdenas).

¿Qué cuidados debo seguir en mi domicilio? No es necesario el reposo constante en cama. De hecho, puede llegar a ser incluso perjudicial ya que aumenta el riesgo de trombosis. Sí se recomienda la vida tranquila, no coger pesos ni realizar actividades que requieran esfuerzo. La gestante puede seguir trabajando si el esfuerzo físico es bajo, por ejemplo, una labor de oficina. También recomendamos la abstinencia sexual hasta la semana 36. Recordar que deberá volver a urgencias de Ginecología en el hospital si volviese a notar contracciones como las descritas en el párrafo de **“¿Cómo noto que estoy con una amenaza de parto prematuro?”**.

Si le queda alguna duda, pregunte a su ginecólogo, matrona, enfermera o médico de atención primaria.