



El embarazo es un acontecimiento muy importante en la vida de una mujer.

Se aproxima el esperado día del nacimiento de su hijo y se encontrará nerviosa y cansada de esperar.

Desearía saber exactamente el momento en que se producirá el parto y cuándo nacerá su hijo, pero debe saber que *éste momento es distinto para cada embarazada*.

Este folleto le proporcionará una idea básica de las señales que le ayudarán a reconocer el inicio del parto y también le ayudará a establecer la diferencia entre parto verdadero y falso trabajo de parto.

FECHA PREVISTA DE PARTO

El embarazo tiene una duración media de 40 semanas contando desde el primer día de su última regla, pero se considera normal una duración de entre 37 y 42 semanas. El inicio de parto *no puede predecirse por lo que no debe crearle ansiedad este aspecto*.

PLANES PARA IR AL HOSPITAL

Es importante una vez que se acerca la fecha probable de parto tener en cuenta una serie de aspectos:

- Distancia: ¿A qué distancia vive usted del hospital más cercano?

- Transporte: ¿Cuenta con alguien que la lleve o tendrá que llamar para encontrar a alguien?
- La hora del día: dependiendo del lugar donde viva, el viaje puede llevarle más o menos tiempo según la hora.
- Arreglos domésticos: ¿tiene otros niños a quien deba dejar al cuidado de alguien?

CAUSAS DEL PARTO

No se sabe exactamente qué produce el inicio del parto. Es desencadenado por una mezcla de acción de factores uterinos, factores hormonales y factores fetales.

FASES DEL PARTO

El trabajo de parto progresa en tres etapas:

- Fase de dilatación: el cuello del útero se adelgaza y se dilata lo suficiente como para permitir que el feto pase del útero a la vagina.
- Fase de expulsivo: la madre realiza pujos que ayudan a la salida del feto a través del canal del parto. Esta etapa finaliza al nacer el niño.
- Fase de alumbramiento: consiste en la expulsión de la placenta y sus membranas.

Cómo saber cuándo se aproxima el parto

La fase cercana al parto llamada «pródromos de parto» ocurre unos días o unas horas antes del parto. Se observan algunos cambios indicados en el cuadro 1.

El parto verdadero comparado con el falso trabajo de parto

Durante las últimas semanas de embarazo usted quizá note que la tripa se endurece y luego se ablanda nuevamente. Esto probablemente sea incómodo e incluso doloroso. Estos dolores irregulares se llaman contracciones de Braxton-Hicks o dolores de falso trabajo de parto. Pueden aparecer con más frecuencia con la actividad física.



Servicio de Obstetricia y Ginecología

SaludMadrid Hospital General Universitario Gregorio Marañón



**CUADRO 1.
SEÑALES DE QUE EL PARTO ESTÁ PRÓXIMO**

PARTO

SEÑAL	SIGNIFICADO	CUÁNDO OCURRE
Sensación de que el feto presiona en la zona inferior del abdomen	Descenso. Se llama encajamiento, la cabeza del feto se sitúa dentro de la pelvis	Entre unas pocas semanas a unas pocas horas antes de que comience el parto
Salida de tapón mucoso o secreciones vaginales	Tapón mucoso. Cuando el cérvix se dilata el tapón mucoso formado en el embarazo se expulsa	Varios días antes de que se inicie el parto o bien en el momento de iniciarse
Salida de fluidos acuosos por la vagina	Ruptura de membranas. Se rompe el saco amniótico que rodea al feto en el embarazo	Varias horas antes del inicio del parto o en cualquier momento durante el mismo

Cuando el embarazo está avanzado, el sangrado vaginal puede atribuirse al comienzo del parto.

El falso trabajo de parto es a veces difícil de diferenciar del parto verdadero. No debe sentirse avergonzada por acudir al hospital creyendo que comenzaba el parto verdadero ya que a veces la diferencia sólo puede ser establecida por examen vaginal; sin embargo existen maneras que le pueden ayudar a diferenciarlos y la mejor forma de hacerlo son las contracciones uterinas (Cuadro 2).

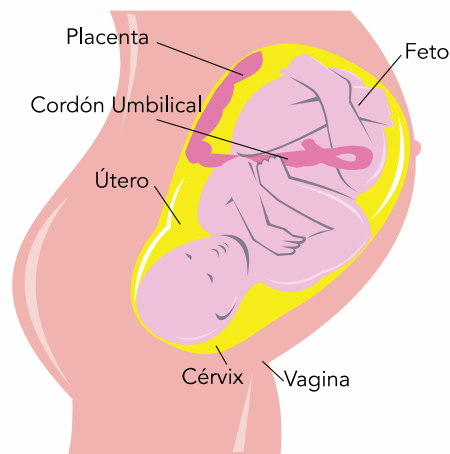
Una buena manera consiste en medir el tiempo que duran las contracciones y el tiempo que transcurre entre ellas durante una hora.

Durante el trabajo de parto verdadero: las contracciones duran entre 30 y 70 segundos, ocurren a intervalos regulares y no cesan con reposo.

Quando acudir al Hospital en relación con el Parto

- Si rompe bolsa
- Si sangrado vaginal como regla
- Si dolor agudo y constante
- Si disminución de movimientos fetales

Aunque no pueda saber con precisión el momento de inicio de parto esté preparada ante las señales que se le han explicado.



**CUADRO 2.
DIFERENCIAS ENTRE TRABAJO DE PARTO VERDADERO Y FALSO**

TIPO DE CAMBIO	FALSO TRABAJO DE PARTO	PARTO VERDADERO
Frecuencia de las contracciones	Generalmente son irregulares. Son las llamadas contracciones de Braxton-Hicks	A intervalos regulares, y cada vez se presentan con más frecuencia
Cambios con el movimiento	Las contracciones pueden variar al caminar, descansar o cambiar de posición	Las contracciones continúan a pesar del reposo
Localización de las contracciones	Localizadas generalmente en el vientre	Las contracciones generalmente se sienten de la espalda hacia delante

Este folleto está basado en los protocolos de la SEGO y es orientativo para las pacientes. La información que contiene no dicta una única vía de tratamiento y actuación. Las modificaciones se realizarán en función de cada caso individual, características de la paciente y criterios del equipo médico.