

Hoja de trabajo de riesgo de parto prematuro

Esta hoja de trabajo se dirige a las mujeres que han dado a luz demasiado pronto: antes de las 37 semanas de embarazo. Su proveedor de los cuidados de la salud llenará esta hoja y hablará con usted sobre ella.

La meta: ayudarle a entender mejor las circunstancias de su parto prematuro, su riesgo de tener otro parto prematuro y lo que puede hacer para ayudar a evitarlo.

Partos prematuros: conceptos básicos

Conceptos básicos del parto prematuro:

- **El parto prematuro por indicación médica** ocurre cuando el médico recomienda comenzar e inducir el trabajo de parto. El médico sugerirá este tipo de parto si el bebé o la madre tienen una enfermedad que hace que sea peligroso continuar con el embarazo.
- **El parto prematuro espontáneo** ocurre cuando la mujer entra al parto antes de tiempo o cuando su “fuente” se rompe demasiado pronto (ruptura prematura de membranas o PROM, por sus siglas en inglés). Una vez que esto sucede, por lo general es imposible evitar el parto prematuro.

Los bebés que nacen antes de tiempo son prematuros; sus órganos y sistemas quizá no hayan madurado o funcionen por completo, y no están del todo listos para el mundo exterior. Debido a esto, los bebés prematuros tienen un riesgo más alto de tener problemas de salud. Cuanto más prematuro sea el bebé, más alto será el riesgo.

Revise la siguiente sección de esta hoja de trabajo con su proveedor de los cuidados de la salud para entender y hacer un registro de las circunstancias que causaron su parto prematuro.



Sobre su parto prematuro

Su parto prematuro ocurrió a las _____ semanas de embarazo. (La fecha probable de parto es de 40 semanas de embarazo.)

El parto prematuro ocurrió:

- Debido al cuello uterino incompetente (el cuello del útero se dilató demasiado pronto)
- Después del parto prematuro (usted entró al parto antes de tiempo)
- Después de la ruptura prematura de membranas o PROM (su “fuente” se rompió demasiado pronto)
- Por indicación médica debido a:
 - Problemas con el embarazo: _____
 - Problemas médicos que usted tenía: _____
 - Problemas o enfermedades del feto: _____
- Otro: _____

Su riesgo de otro parto prematuro

Su probabilidad de dar a luz antes de tiempo en su próximo embarazo (su “riesgo de otro parto prematuro”) es de aproximadamente el:

_____ %

Nota: Esta cifra se basa en estudios en mujeres que han tenido partos prematuros en circunstancias similares a las suyas. Es un cálculo aproximado de su riesgo, pero no puede predecir el resultado final. Todas las mujeres y todos los embarazos son únicos.

SU PLAN DE PREVENCIÓN

Lo que usted puede hacer para reducir su riesgo de otro parto prematuro

Le recomendamos seguir los siguientes pasos (su proveedor de los cuidados de la salud marcará las opciones que se apliquen en su caso):



Espera 18 meses antes de volver a embarazarse.

Para asegurarse que esto suceda, use un método anticonceptivo altamente eficaz, como un dispositivo intrauterino (DIU) o implante hormonal.

- Hágase un estudio por imágenes para identificar problemas en el útero.** Nombre del estudio: _____

- Hágase un análisis de sangre para detectar enfermedades que podrían afectarla a usted y a sus embarazos.** Nombres de los exámenes recomendados: _____

- Empiece el tratamiento con 17P a las 16 semanas de su próximo embarazo.** El médico le recetará y administrará el 17P en una inyección semanal. En algunas mujeres que tuvieron un parto prematuro anterior, el tratamiento con 17P durante el segundo trimestre del embarazo reduce el riesgo de parto prematuro.

- Pídale a su médico que mida la longitud del cuello del útero con ultrasonido en su próximo embarazo.** El adelgazamiento del cuello del útero demasiado pronto durante el embarazo puede ser una señal de advertencia de parto prematuro.

- Sométase a un cerclaje del cuello del útero en su próximo embarazo.** En este procedimiento se cierra el cuello del útero con puntos de sutura. Los estudios demuestran que en algunas mujeres con antecedentes de parto prematuro, el cerclaje ayuda a prolongar el embarazo y a evitar otro parto prematuro.

- Tome una dosis baja (81 mg) de aspirina todos los días antes (o al principio) de su próximo embarazo.**

- Tome medicamentos para ayudar a reducir su presión arterial.**

- Consulte a su médico antes de su próximo embarazo** para hablar sobre cómo puede reducir su riesgo de otro parto prematuro.

- Otras medidas:** _____

Pídale a su proveedor el folleto **Parto prematuro: 10 pasos para ayudar a evitarlo** de Intermountain para obtener más información y consejos.



También puede visitar el **sitio web oficial de la Fundación March of Dimes**. La **Fundación March of Dimes** es una organización internacional sin fines de lucro que se dedica a ayudar a las mujeres a tener embarazos a término y a investigar los problemas que amenazan la salud de los bebés:
www.marchofdimes.com.



Preterm Birth Risk Worksheet