

## Estou Grávida » Trabalho de parto

O trabalho de parto é o momento culminante da gravidez. Após vários meses de espera, chegou a hora de ver o seu bebê. Mas como saber se a hora já chegou?

Um dos primeiros sinais da aproximação do parto é a perda do tampão de muco que ficava no orifício do colo do útero. A perda do tampão mucoso pode acontecer até uma ou duas semanas antes do parto. O tampão é descrito como uma substância viscosa amarelada, geralmente com laivos de sangue, e a perda é indolor.

### CONTRAÇÕES UTERINAS

É normal o útero contrair no final da gravidez. Essas contrações são indolores, mas podem durar bastante tempo. Entretanto, as contrações do trabalho de parto são rítmicas, com uma sensação de pressão nas costas, endurecimento da barriga e uma sensação semelhante à cólica menstrual. As contrações efetivas duram pelo menos 40 segundos e têm intervalo menor ou igual a cinco minutos. Antes disso, é comum acontecer o chamado “falso trabalho de parto”, em que poucas contrações acontecem, ou são descoordenadas, e o colo uterino não se dilata.

As contrações são rítmicas e de intensidade e duração crescentes. A fase de dilatação do colo do útero pode levar várias horas. Siga a orientação do seu obstetra.

### ROMPIMENTO DA BOLSA

O rompimento da bolsa das águas pode ocorrer em qualquer momento do trabalho de parto, mas em algumas gestantes é o primeiro sinal. Há saída de líquido pela vagina em quantidade variável, pode ser um jato que encharca a roupa ou uma perda contínua de líquido e as contrações uterinas começam em seguida.