

Estou Grávida » Puerpério

O puerpério se inicia após a saída da placenta e é o período que leva para o organismo da mulher voltar ao estado de antes da gravidez. Isso demora mais ou menos 40 dias.

Logo após o parto, seja ele normal ou cesárea, aparece a chamada loquiação, ou saída dos lóquios uterinos. Esse nome complicado significa apenas o sangramento do útero do local onde estava a placenta. Com o passar dos dias, o sangramento reduz de volume até virar uma secreção amarelada e depois esbranquiçada.

As cólicas são muito freqüentes após o parto. Esses espasmos são mais comuns na hora de amamentar, porque o hormônio ocitocina, que ajuda a saída do leite, tem o poder de contrair o útero. O desconforto é maior nos primeiros dias, até o útero voltar ao tamanho normal.

A barriga fica saliente nos primeiros dias após o parto, devido ao tamanho do útero e do inchaço dos tecidos. Os pés também podem ficar inchados, mas isso se reverte em poucos dias.

O intestino demora um pouco para voltar ao normal. Se o parto foi normal, os pontos podem estar próximos ao ânus e causar dor para evacuar. No caso da cesariana, a dor na incisão dificulta a força para evacuar. Tomar bastante líquidos e ingerir fibras são medidas bastante úteis.