



Componentes Básicos para un Futuro Mejor

Recursos para ayudar a asegurar que todos nuestros niños estén "AOK"

Bebes que Nacen Antes de Tiempo



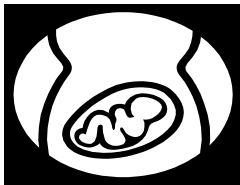
Lo que toda mujer embarazada debe saber

¿Qué es un parto prematuro?



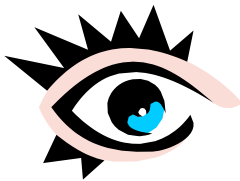
El trabajo de parto prematuro u antes del termino se define como un parto que comienza 3 semanas o más antes de su fecha debida. Es muy temprano y su bebe puede nacer muy pronto

Consiga cuidado prenatal temprano



Obtenga exámenes prenatales regularmente. Comience en cuanto se entere que esta embarazada. No falle a sus citas.

Aprenda las señales y revítese diariamente



- Contracciones cada 10 minutos o más seguido
- Líquido (agua) claro, color rosa, o café que sale de su vagina
- Al sentir que su bebe le empuja hacia abajo
- Dolor en la parte baja de la espalda
- Cólicos que sienten como los de menstruación
- Cólicos con o sin diarrea

Esta información fue adaptada por March of Dimes Health Education Center Materials – 1-888-MODIMES

Para mayor información, por favor visite el sitio Web del Departamento de Salud del Condado de Kane: kanehealth.com/aok.htm o llame al 630-208-3801





Hoja de Información Parto Prematuro u Antes de Terminó

Cuando un bebe nace prematuro, antes de 37 semanas, puede haber muchos problemas. El parto prematuro es la causa mayor de muerte y incapacidad en los recién nacidos. Le puede suceder a cualquiera sin aviso y sin alguna razón conocida.

Tres Grupos de Mujeres que Están en Alto Riesgo para el Parto Prematuro

El parto prematuro le puede ocurrir a cualquier mujer. Pero le pasa mas frecuentemente a algunas mujeres que a otras. Si la mujer tiene cualquiera de estos tres factores de riesgo, es muy importante que ella conozca las señales y síntomas del parto prematuro y lo que debe hacer.

- Mujeres que están embarazadas con gemelos o trillizas
- Mujeres que han tenido un parto prematuro anteriormente
- Mujeres con ciertas anomalías cervicales o del útero.

Lo que Toda Mujer Embarazada Debe Saber:

Cúidese Ud. y a Su Bebe

- Obtenga cuidado prenatal temprano y regularmente. Comience en cuanto sé de cuenta que esta embarazada. Vaya a cada cita.
- Aléjese del alcohol y cigarro. No son saludables para Ud. ni para su bebe. Las drogas ilícitas pueden causar el comienzo de parto prematuro y antes de termino.
- Haga lo posible por evitar el estrés- pídale a su familia y sus amistades que le ayuden
- Hable con su proveedor de salud sobre lo que puede hacer para reducir el riesgo del parto prematuro y antes de termino

Conozca las Señales del Parto Prematuro y Antes de Terminó

- Contracciones cada 10 minutos o más seguido
- Líquido (agua) claro, color rosa, o café que sale de su vagina
- Al sentir que su bebe le empuja hacia abajo
- Dolor en la parte baja de la espalda
- Cólicos que sienten como los de menstruación
- Cólicos con o sin diarrea

Conozca lo Que Debe Hacer

Comuníquese con su proveedor de salud (enfermera, doctor o partera) o vaya al hospital inmediatamente si piensa que esta de parto prematuro, o si tiene cualquiera de los síntomas de advertencia. Llame aunque solamente tenga uno de los síntomas.

Su proveedor de salud talvez le diga:

- Que vaya a la oficina o al hospital para examinarla
- Deje lo que este haciendo y que se acueste de su lado izquierdo durante una hora
- Tome 2-3 vasos de agua o jugo (sin incluir café o soda)
- Si los síntomas persiguen o empeoran después de una hora llámé de nuevo u vaya al hospital. Si se mejoran los síntomas, relájese durante el resto del día.

* La información presentada en esta hoja fue adaptada de materiales presentado por el Centro de Educación de la Salud de la March of Dimes. Para mas información sobre este tema, por favor visite www.marchofdimes.com o llame al 1-888-MODIMES.

Distribuido por: