

Signs of Labor

Learn the signs of labor so that you know when to call your doctor and go to the hospital for delivery. If you have any signs of labor before 36 weeks or 9 months of pregnancy, **call your doctor right away.**

The signs of labor are contractions and rupture of membranes.

Contractions

Contractions occur when the muscles of the uterus tighten and relax as the uterus prepares for delivery.

- **False Labor Contractions**

These often occur during the last month of pregnancy. They:

- ▶ Are irregular.
- ▶ Do not get closer together and may stop after an hour or so.
- ▶ Are not often felt in your back.
- ▶ Stop with walking.
- ▶ Do not get more painful over time.
- ▶ Do not cause the cervix to change.

- **True Labor Contractions**

- ▶ Occur at regular times and last 30 to 60 seconds.
- ▶ Get closer together and more painful over time.
- ▶ May be felt in the lower back and lower abdomen.

Señales del trabajo de parto

Conozca las señales del trabajo de parto para saber cuándo llamar al médico e ir al hospital para el parto. Si percibe cualquier señal del trabajo de parto antes de las 36 semanas o de los 9 meses de embarazo, **llame inmediatamente a su médico.**

Los signos del trabajo de parto son las contracciones y la ruptura de las membranas.

Contracciones

Las contracciones se producen cuando los músculos del útero se contraen y relajan a medida que el útero se prepara para el parto.

- **Contracciones falsas de trabajo de parto**

Normalmente se producen durante el último mes de embarazo. Estas contracciones:

- ▶ son irregulares;
- ▶ no aumentan en frecuencia y pueden detenerse después de una hora más o menos;
- ▶ normalmente no se sienten en la espalda;
- ▶ se detienen al caminar;
- ▶ no se vuelven más dolorosas con el tiempo;
- ▶ no producen un cambio en el cuello uterino.

- **Contracciones de trabajo de parto verdadero**

- ▶ se producen con regularidad y duran de 30 a 60 segundos;
- ▶ aumentan su frecuencia y se vuelven más dolorosas con el tiempo;
- ▶ se pueden sentir en la parte inferior de la espalda y del abdomen;

- ▶ Continue or increase with walking.
- ▶ Help the cervix to soften, thin, and open for delivery.
- **If you think you are in labor:**
 - ▶ Rest, if possible, on your left side.
 - ▶ Eat or drink only light foods.
 - ▶ Time your contractions with a watch. If one contraction starts at 9:10 and the next starts at 9:16, they are 6 minutes apart.
 - ▶ Call your doctor, clinic or hospital when contractions are:
 - 5 minutes apart for 2 hours for the first pregnancy
 - 5 minutes apart for 1 hour for other pregnancies
 - As directed by your doctor or clinic.

Rupture of Membranes

Rupture of membranes, called water break, is the trickle or gush of fluid from the vagina after the bag of fluid around the baby breaks. The fluid is often clear, but it may be white or green. The bag of water can break at any time. It may break before you feel any contractions and may leak during a contraction.

- If you think your water has broken, call your doctor and go to the hospital.
- Do not take a bath or put anything into your vagina.
- You may wear a pad.

Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

- ▶ continúan o aumentan al caminar;
- ▶ ayudan a que el cuello uterino se ablande, se afine y abra para el parto.
- **Si cree que está en trabajo de parto:**
 - ▶ Descanse, si es posible, sobre el lado izquierdo.
 - ▶ Coma o beba sólo alimentos livianos.
 - ▶ Tome el tiempo de sus contracciones con un reloj. Si una contracción comienza a las 9:10 y la siguiente comienza a las 09:16, se producen cada 6 minutos.
 - ▶ Llame a su médico, clínica u hospital cuando las contracciones sean:
 - cada 5 minutos durante 2 horas para el primer embarazo;
 - cada 5 minutos durante 1 hora para otros embarazos;
 - como se lo haya indicado su médico o clínica.

Ruptura de membranas

La ruptura de membranas, conocida como ruptura de la bolsa de agua, se refiere al goteo o flujo de líquido que sale desde la vagina después que se rompe la bolsa de líquido que se encuentra alrededor del bebé. Normalmente, el líquido es transparente, pero puede ser blanco o verde. La bolsa de agua se puede romper en cualquier momento. Es posible que se rompa antes de que sienta contracciones y puede gotear durante una contracción.

- Si piensa que se rompió su bolsa de agua, llame a su médico y vaya al hospital.
- No tome un baño ni coloque ninguna cosa en su vagina.
- Puede usar una toalla higiénica.

Hable con su médico o enfermera si tiene alguna pregunta o duda.

2005 – 2/2011 Health Information Translations

Unless otherwise stated, user may print or download information from www.healthinfotranslations.org for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.

Signs of Labor. Spanish.