

RUPTURA PREMATURA DE MEMBRANAS (RPM)

Quando sua bolsa de água estoura antes do trabalho de parto

O que é o RPM?

RPM significa que a sua bolsa d'água rompeu antes do início do trabalho de parto. Trabalho de parto é quando você tem contrações regulares ou dores de parto no útero.

Embora as razões para a RPM não sejam bem conhecidas, essa ruptura pode ocorrer numa gravidez saudável. Cerca de uma em cada 10 pessoas com gravidez saudável têm RPM.



Se a RPM acontecer antes de 37 semanas de gravidez, isso é chamado de ruptura prematura das membranas pré-termo ou RPMP. As informações fornecidas neste documento apenas se aplicam à RPM com ou mais de 37 semanas. Entre em contato com sua parteira se você acha que está tendo RPM e está com menos de 37 semanas de gravidez.

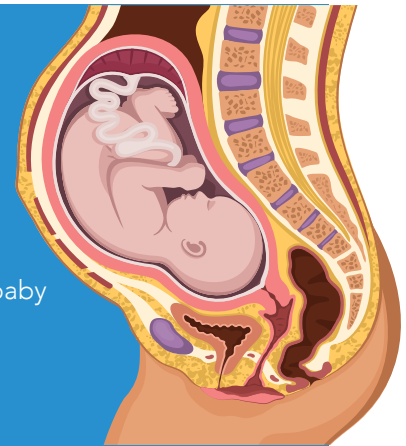
Como é que eu vou saber se minha bolsa d'água se rompeu?

Muitas pessoas grávidas se perguntam como irão saber quando sua bolsa estoura. Por exemplo, às vezes pode ser difícil saber a diferença entre líquido amniótico, xixi e corrimento vaginal regular.

What is the bag of water, or amniotic sac?

Your baby grows inside the amniotic sac.

- This is a membrane filled with a liquid called amniotic fluid.
- It acts like a cushion, protecting your baby from the outside world.
- It allows your baby to move around freely.



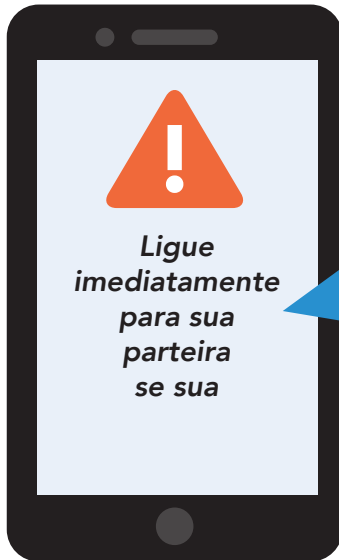
Alguns sinais de que sua bolsa d'água pode ter rompido incluem:

SENTINDO	APARÊNCIA	CHEIRO
<p>Você pode:</p> <ul style="list-style-type: none">• Ouvir ou sentir um estalo dentro do útero ou da vagina.• Sentir a calcinha molhada.• Sentir um jorro súbito de fluido que você não consegue parar.• Sentir um fluxo lento e um gotejar constante de fluido da vagina.	<p>O líquido amniótico é geralmente transparente ou cor de palha. Também pode:</p> <ul style="list-style-type: none">• Parecer verde ou amarelo (isso acontece quando o bebê tem a sua primeira excreção intestinal, chamado mecônio, na água).• Conter fios de sangue e muco.• Ter pequenos pedaços brancos (isso se chama vernix, uma substância branca e cremosa que cobre e protege a pele do bebê).	<p>Algumas pessoas acham que o líquido amniótico tem um cheiro doce ou tipo alvejante, ou que não tem cheiro algum.</p> <p>O líquido amniótico não cheira a urina e não deve cheirar mal. Isso pode ser um sinal de infecção.</p>

A AOM se compromete-te, por meio de nossa declaração sobre Inclusão de Gênero e Direitos Humanos, a refletir e incluir as comunidades trans, gênero-não-binário e intersexual em todos os aspectos do nosso trabalho. Neste documento, o termo "vagina" refere-se ao canal de nascimento. Isso é para aumentar a compreensão de conceitos importantes relacionados com a RPM em todos os níveis de alfabetização do idioma inglês.

O que devo fazer se achar que minha bolsa d'água estourou?

A sua parteira conversará com você sobre quando e como entrar em contato com elas se você acha que sua bolsa d'água se rompeu. Elas explicarão quando você deve entrar em contato com elas imediatamente, e quando pode esperar até de manhã para entrar em contato com elas, se sua bolsa estourar no meio da noite.



bolsa d'água se romper e:

- Você tem menos de 37 semanas de gravidez ou
- A sua parteira lhe disser que a cabeça do seu bebê está alta, ou
Você está com febre (38°C ou mais) ou
- O líquido amniótico é verde ou amarelo, ou
- O líquido tem um cheiro forte ou cheira mal, ou
- Você tem sangramento intenso ou
- O seu bebê está se movendo menos do que o normal *.

*Você pode verificar os movimentos do seu bebê a qualquer momento.

1. Deite-se ou sente-se.
2. Conte todos os movimentos (chutes, agitação, rolamentos).
3. Você deve sentir pelo menos seis movimentos em duas horas ou menos.
4. Se você não sentir seis movimentos em duas horas, ligue para sua parteira.

Dicas úteis se você achar que sua bolsa d'água se rompeu:

- Lembre-se de que a RPM é comum e, na maioria dos casos, NÃO é uma emergência.
- Para ajudar a diminuir a pequena possibilidade de infecção:
 - » Não coloque nada na vagina (nada de dedos ou tampões, nem tenha relação sexual).
 - » Não tome banho de banheira até estar em trabalho de parto ativo (duchas são permitidas).

Trabalho ativo significa que suas contrações estão:

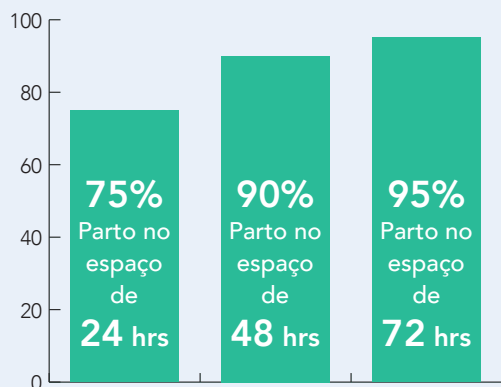
REGULARES E FORTES

COM MENOS DE CINCO MINUTOS DE INTERVALO ENTRE ELAS

MODIFICANDO O SEU COLO DO ÚTERO.

- Coloque um absorvente feminino. Se a sua bolsa estiver rompida, ela continuará vazando. Você precisará usar um absorvente para se manter seca.
- Anote:
 - » A hora em que a bolsa se rompeu, ou quando você acha que se rompeu se não tiver certeza.
 - » Quanta água está vazando.
 - » A cor do fluido.
- Coma e beba normalmente.
- Descanse um pouco. Você pode continuar com as suas atividades habituais, mas lembre-se de que o descanso é importante para ajudá-la a se preparar para o trabalho de parto. É uma boa ideia deitar e tirar umas sonecas.

Pergunte à sua parteira o que fazer e quando contatá-la se sua bolsa d'água se romper. Anote aqui as instruções específicas:



O que acontece depois de sabermos que a minha bolsa d'água se rompeu?

Depois que sua bolsa se romper, você provavelmente entrará em trabalho de parto nas próximas horas ou dias. Sua parteira irá discutir duas opções com você:

Most people (75%) have their baby within 24 hours after their water breaks.

Almost all people (95%) have their baby within 72 hours after their water breaks.

E sobre infecção?

Se você tiver RPM, o risco de infecção para você e seu bebê é muito baixo.

Existem três tipos de infecção que podem ocorrer com o RPM:

Corioamnionite - uma infecção no útero durante o parto;

Endometrite - uma infecção no útero após o nascimento do bebê;

Infecção neonatal - uma infecção na corrente sanguínea do bebê.

O risco de contrair uma infecção devido ao RPM:

- É mais baixa nas primeiras 24 horas após o rompimento da bolsa d'água (75% das pessoas terão o seu bebê nesse período, mesmo sem indução médica). Mesmo que o seu bebê nasca 24 horas após o RPM, a possibilidade de você ou seu bebê desenvolver uma infecção continua a ser muito baixa.
- Aumenta ligeiramente quanto mais tempo passar desde o rompimento da bolsa d'água até você dar à luz.
- É semelhante se você esperar o parto começar por conta própria ou escolher uma indução médica **desde que não tenha exames internos até entrar em trabalho de parto ativo**. Um exame interno é quando um prestador de cuidados de saúde coloca os dedos na sua vagina para verificar como o colo do útero está se abrindo. Os exames internos podem aumentar o risco de infecção colocando bactérias dentro da vagina.

What options do I have after my water has broken?

Sua parteira irá discutir duas opções com você:

INDUÇÃO MÉDICA (tomar um medicamento que induz o trabalho de parto).

ESPERAR O PARTO COMEÇAR POR CONTA PRÓPRIA (isso pode incluir métodos naturais para induzir o trabalho de parto).

Embora essas duas opções sejam geralmente seguras, às vezes há razões pelas quais a sua parteira pode recomendar uma indução médica, tais como:

- Você tem sinais de infecção. Há uma pequena possibilidade de você ou o seu bebê desenvolver uma infecção após a RPM. Alguns sinais de infecção incluem:
 - » Febre.
 - » A frequência cardíaca do seu bebê está alta.
 - » O seu líquido amniótico cheira mal.
- O seu bebê passou o mecônio (primeira excreção intestinal do bebê) para o líquido amniótico.
- Você deu positivo para estreptococos do grupo B (GBS).

O que é?

O seu trabalho de parto é iniciado com um medicamento: misoprostol e/ou ocitocina.

Esperando o trabalho de parto começar por conta própria.

- Isso pode incluir formas não médicas de iniciar o trabalho de parto:
 - » Óleo de rícino.
 - » Estimulação do mamilo, geralmente com uma bomba de mama.
 - » Acupuntura.

Quanto tempo irá demorar para o trabalho de parto começar?

A maioria das pessoas entra em trabalho de parto no espaço de 24 horas após o início da indução médica. A maioria das pessoas dará à luz num período entre seis e 28 horas após entrar em trabalho de parto.

A maioria das pessoas entrará em trabalho de parto no espaço de 24 horas após o rompimento da bolsa d'água.

Onde é que isso vai acontecer?

Induções médicas devem ocorrer no hospital.

Esperar o parto começar por conta própria geralmente acontece em casa.

O que posso esperar?

Algumas pessoas precisam de um medicamento chamado misoprostol para ajudar a preparar o colo do útero para o trabalho de parto. O misoprostol é um comprimido que você engole.

Quando o colo do útero estiver pronto para o trabalho de parto, você receberá um medicamento chamado ocitocina através de um gotejamento intravenoso.

A ocitocina e o misoprostol levam a fortes contrações que podem ser estressantes para os bebês. A frequência cardíaca deles precisa ser observada com cuidado. Isso é feito com uma máquina chamada **monitor eletrônico fetal (MEF)**.

Pode ser difícil movimentar-se com o MEF porque você está ligada a uma máquina. Isso pode fazer o trabalho parecer mais doloroso. Alguns hospitais possuem MEF sem fio, chamado telemetria, o que permite que você se movimente mais. Você pode perguntar se o MEF de telemetria está disponível no seu hospital.

A equipe do hospital pode ou não fazer parte dos seus cuidados durante a indução. Alguns hospitais têm regras que obrigam as parteiras a transferir os seus cuidados para um médico para poder proceder à indução. Se isso acontecer, a sua parteira continuará a fornecer cuidados de apoio, conforto e informações. Os cuidados serão transferidos de volta à sua parteira após o nascimento.

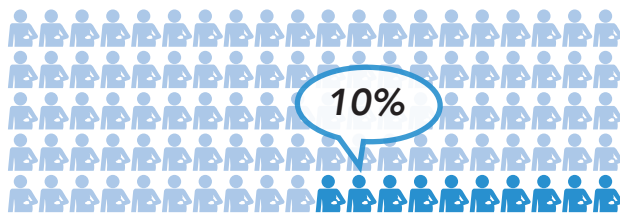
Você poderá descansar em casa enquanto espera.

A sua parteira pode discutir com você formas naturais de começar o trabalho de parto.

A sua parteira entrará em contato com você regularmente para garantir que você e o seu bebê estão saudáveis.

Indução médica do trabalho de parto

Possibilidade de infecção na parturiente



10 em 100

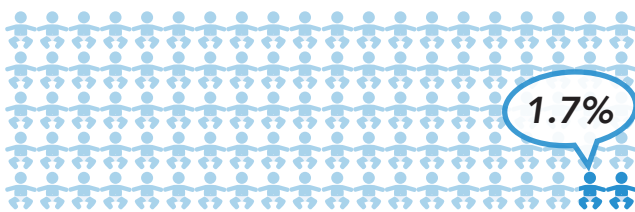
Esperando o trabalho de parto

Possibilidade de infecção na parturiente



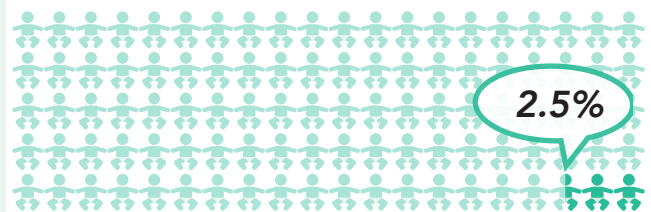
12 em 100

Possibilidade de infecção no bebê



1.7 em 100

Possibilidade de infecção no bebê



2.5 em 100

As taxas de infecção são baseadas em casos em que nenhum exame interno foi realizado antes do início do trabalho de parto.

Repare que a diferença nas taxas de infecção entre a indução médica e esperar o início do trabalho de parto começa por conta própria "não são estatisticamente significativas". Isso significa que as diferenças podem ser devidas ao acaso.

E como lidar com a dor?

É mais provável que você peça uma epidural durante uma indução médica do trabalho de parto. Uma epidural é uma forma de alívio da dor que envolve o uso de uma agulha para colocar um pequeno tubo no espaço ao redor da medula espinhal. A medicação para dor é administrada através do tubo para bloquear a dor na metade inferior do seu corpo.

É menos provável que você peça uma epidural se esperar o trabalho de parto começar por conta própria..

O que acontece depois de eu decidir?

Se você decidiu fazer uma **indução médica do trabalho de parto**:

A sua parteira irá informá-la de quando deve ir ao hospital para iniciar o procedimento.

Se você decidiu **esperar o trabalho de parto começar por conta própria**:

A sua parteira irá informá-la quando você deve contactá-las, por exemplo:

- Se você entrar em trabalho de parto ativo.
- Se você desenvolver sinais de infecção.
- Se você quiser fazer uma mudança no plano.
- Se você tiver dúvidas ou preocupações.

