

Partilhe Artigo

X



## Quais as diferentes fases do trabalho de parto?

Depois de nove meses de espera, o dia do parto será um dia mágico porque será o primeiro encontro com o seu bebé. Mas é também um momento de ansiedade e angústia especialmente se é o seu primeiro bebé. O que precisa saber para vivê-lo com serenidade?

<https://www.nestlebebe.pt/gravidez/artigo/diferentes-fases-do-parto> [1]

[2] [3] [4]



# Quais as diferentes fases do trabalho de parto?

Depois de nove meses de espera, o dia do parto será um dia mágico porque será o primeiro encontro com o seu bebé. Mas é também um momento de ansiedade e angústia especialmente se é o seu primeiro bebé. O que precisa saber para vivê-lo com serenidade?

Terça, 19 de Julho de 2016

- <sup>[5]</sup>
- [Imprimir](#) <sup>[1]</sup>
- [Partilhar](#)

## O processo do parto

Desde as primeiras contrações até ao parto em si, passando pelo rebentar das águas e pela epidural. Saiba quais as fases do trabalho de parto e o que esperar desse dia tão especial.

### As primeiras contrações e o rebentar das águas

Mesmo antes das primeiras contrações, é possível detetar alguns sinais que anunciam que o momento do parto se aproxima. Se está muito cansada, mais pesada do que é normal ou teve uma pequena descarga intestinal, o momento do nascimento do seu bebé não deve estar muito longe!

Outro sinal indicador (muitas vezes não é notado) é a **libertação do rolhão mucoso** que sela o colo do útero. Este sinal pode preceder as primeiras contrações em minutos ou até por alguns dias! Não há por isso qualquer vantagem em se assustar. Ainda tem tempo para se preparar e para saborear os últimos momentos da sua gravidez.

As **primeiras contrações** começaram? Quando se tornarem mais intensas e regulares (de dez em dez minutos) e se durarem pelo menos um minuto, é altura de ir para o hospital. Isto significa que o seu trabalho de parto começou: o colo do útero vai progressivamente dilatar-se.

O **romper das águas** mostra que o parto está iminente: o líquido amniótico que protege a placenta foi expelido. Mesmo que as suas contrações ainda não sejam separadas por intervalos curtos, deve ir para o hospital para evitar qualquer complicação.

## Chegada ao hospital e o trabalho de parto

Assim que chega ao hospital a equipa médica vai tomar conta de si, verificando a sua pressão arterial, a sua temperatura, a dilatação do colo e a posição do bebé. Esta monitorização permite-lhes supervisionar o estado de saúde do bebé e especialmente o seu batimento cardíaco.

Se escolheu ter um parto com **epidural**, um anestesista vai injetar-lhe um anestésico entre a 3ª e a 4ª vértebra. Após a anestesia, não voltará a sentir qualquer dor, e pode viver este momento maravilhoso com mais clareza.

As contrações aceleram, a **dilatação do colo do útero** continua e o bebé desce pouco a pouco. Assim que a dilatação do colo está completa, é a **altura de expulsar o bebé**. O médico vai então pedir-lhe que inspire, e depois retenha a respiração enquanto faz força para expulsar, de forma contínua, o bebé; depois disso poderá inspirar de novo. Siga sempre as suas instruções e não se esqueça de tudo o que aprendeu nas suas aulas de preparação para o parto. É altura de colocar em prática as lições.

Poderá ser feita uma **episiotomia** para facilitar a passagem do bebé sem rasgar a zona do períneo. Se necessário a equipa médica também recorre ao uso de fórceps ou ventosa.

O bebé irá aparecer mostrando primeiro a cabeça, seguida pelo resto do corpo e irá chorar pela primeira vez! Já está: o nascimento terminou.

O parto termina com **expulsão da placenta** graças à ajuda do médico. Se for preciso, irá **inspecionar o útero** para assegurar-se que está completamente vazio.

Ainda está ansiosa por causa do nascimento? Antes de mais, deve confiar na equipa médica do seu hospital. Para si pode ser o nascimento do seu primeiro bebé, mas a equipa médica tem uma larga experiência e será o 1000º!

[Ler mais](#) <sup>[6]</sup>

---

**URL de origem:** <https://www.nestlebebe.pt/gravidez/artigo/diferentes-fases-do-parto>

### Ligações

[1] <https://www.nestlebebe.pt/gravidez/artigo/diferentes-fases-do-parto>

[2] [https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebebe.pt/gravidez/artigo/diferentes-fases-do-parto&media=https://www.nestlebebe.pt/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/42-73805564.jpg&description=Quais as diferentes fases do trabalho de parto?](https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebebe.pt/gravidez/artigo/diferentes-fases-do-parto&media=https://www.nestlebebe.pt/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/42-73805564.jpg&description=Quais%20as%20diferentes%20fases%20do%20trabalho%20de%20parto%3F&url=https://www.nestlebebe.pt/gravidez/artigo/diferentes-fases-do-parto)

[3] <https://twitter.com/share?text=Quais%20as%20diferentes%20fases%20do%20trabalho%20de%20parto%3F&url=https://www.nestlebebe.pt/gravidez/artigo/diferentes-fases-do-parto>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.nestlebebe.pt/gravidez/artigo/diferentes-fases-do-parto>

[5] <https://www.nestlebebe.pt/printpdf/8611>

[6] <https://www.nestlebebe.pt/javascript%3A%3B>