



Progesterona Vaginal

Reduzir os riscos de parto pré-termo

De que trata este panfleto?

- É impossível saber quando o seu bebé vai chegar
- Os bebés nascidos antes das 37 semanas (pré-termo) pode precisar de mais cuidados iniciais. Isto é mais provável se nascerem antes das 34 semanas (prematuros em 6 semanas). Podem precisar de ser internadas na unidade especial de cuidados pediátricos. Esta também é conhecida como unidade neonatal.
- Para algumas pessoas, usar progesterona vaginal pode reduzir o risco de ter um parto prematuro. Este panfleto contém mais informações acerca disto.

O que é a progesterona?

- Os nossos corpos produzem químicos chamados hormonas. Transportam mensagens que controlam a forma como os nossos corpos funcionam. A progesterona é uma destas hormonas.
- O seu corpo produz progesterona normalmente quanto tem o período (ciclo menstrual).
- Também a produz durante a gravidez. A progesterona ajuda o útero enquanto este cresce. Também pode prevenir contrações.

O que é a progesterona vaginal?

- A progesterona vaginal consiste num pequeno comprimido (pessário) colocado na vagina. É mais pequeno que um tampão e dissolve-se rapidamente.
- Aumenta a quantidade de progesterona no útero.

Como pode reduzir o risco de ter um parto prematuro?

Não sabemos exatamente como a progesterona previne o parto prematuro. **Mas sabemos que:**

- Pode ter um efeito anti-inflamatório
- Pode atrasar as alterações na cérvix que levam ao trabalho de parto

Quem pode beneficiar dos efeitos da progesterona vaginal?

Podemos sugerir-lo caso um exame de ultrassom entre as 16 e as 24 semanas mostre que o colo do útero (cérvix) é mais curto que o que devia ser.

Também o podemos sugerir se:

- tenha tido um bebé pré-termo no passado
- tenha tido um aborto espontâneo entre as 16 e as 34 semanas no passado

Por vezes, administramos progesterona vaginal a pessoas que também tenham uma cerclagem uterina. Alguns estudos sugerem que isto reduz o risco de parto pré-termo mais que apenas com a cerclagem uterina.

Tome pessários de progesterona apenas se lhe tiverem sido receitados.



Como se usa a progesterona vaginal?

Lave as mãos antes e depois de inserir o pessário de progesterona.

É mais fácil inserir o pessário se estiver deitada ou em agachamento. Coloque o pessário entre os lábios da vagina e empurre o pessário para a frente e para trás com o dedo.

Os pessários de progesterona também podem ser inseridos no reto (canal traseiro) como alternativa. Lave as mãos antes e depois. Empurre o pessário gentilmente até cerca de 2,5 cm no reto. Os músculos ajudam a assegurar que o pessário está suficientemente inserido. Apertar as nádegas durante alguns segundos ajuda a garantir que o pessário não sai.

Como utilizar?

Coloque 1 pessário todas as noites antes de se deitar. Isto significa que é mais provável que fique no lugar e que seja absorvido eficazmente

Quando começar a utilizar?

A maioria das pessoas começam entre as 16 e as 20 semanas de gravidez. Poderemos indicar a algumas pessoas que comecem às 12 semanas.

Durante quanto tempo deve utilizar?

Recomendamos que utilize até às 36 semanas e 6 dias de gravidez. No dia seguinte atinge as 37 semanas, considerado como "termo".

Como devo utilizar a progesterona vaginal?

É seguro tomar progesterona na gravidez?

Sim. Não existem evidências de que a progesterona a prejudica ou ao seu bebé.

Existem efeitos secundários?

Existem efeitos secundários mínimos. O seu corrimento pode mudar. Pode aumentar de volume ou tornar-se mais aguado.

Outros efeitos secundários podem incluir:

- dores de cabeça
- rigidez mamária
- enjoo e vômitos
- tosse
- dores vaginais

Se estiver preocupada com algum aspeto após começar a utilizar o pessário, contacte a unidade de diagnóstico da maternidade.

Tenho de tomar progesterona vaginal?

Não. Trata-se de uma escolha pessoal se deve tomar, ou não.

Que posso fazer em vez disso?

Observar e esperar

Pode escolher esperar e ver o que acontece. Se for esta a sua escolha, monitorizá-la-emos através de exames de ultrassom. Isto serve para podermos continuar a monitorizar a sua cérvix e a verificar se fica mais pequena.

Cerclagem uterina

Colocar um ponto no colo do útero pode ajudar.

Esta operação tem os seus próprios riscos e benefícios. Caso consideremos que pode ser útil para si, falaremos consigo acerca disso.

Pergunte ao seu médico ou à sua parteira se quer saber mais.

Também pode considerar este panfleto acerca do ponto cervical útil:

www.rcog.org.uk/for-the-public/browse-all-patient-information-leaflets/cervical-stitch-patient-information-leaflet/

Com quem posso falar se quiser ficar a saber mais?

Caso tenha alguma pergunta ou preocupação, contacte a unidade de diagnóstico da sua maternidade.

Para encontrar os detalhes nas Badger Notes:

1. Vá ao Perfil (Profile).
2. Selecione os contactos do hospital (Hospital Contacts).
3. Encontrará uma lista de números de contacto. Selecione a unidade de diagnóstico da maternidade ou a linha de aconselhamento.