



---

General | | Actualitzat el 09/09/2020 a les 16:09

# Què són les contraccions de Braxton Hicks?

*Solen ser irregulars, indolors, incrementen davant l'esforç i se solen notar també en repòs*

[inicentrareport]L'úter d'una persona es contrau de manera habitual encara que no es percebi, en moments d'estrès o segons el període del cicle menstrual. Durant la gestació aquestes contraccions poden ser més evidents perquè l'úter creix i és més fàcil identificar-les.

[nointext]

Les contraccions de Braxton Hicks són aquestes contraccions normals que es produeixen durant la gestació, que hi ha persones que fins i tot les noten a partir de les primeres setmanes però que es tornen més habituals a mesura que avança l'embaràs.

Aquestes contraccions solen ser **irregulars, indolors, incrementen davant l'esforç** (per exemple al caminar), se solen notar també en repòs (a les nits), i a mesura que avança l'embaràs solen ser més habituals.

De vegades aquestes contraccions són molestes (que no doloroses) i poden confondre's amb l'amenaça de part prematur, especialment passa amb persones que tenen més sensibilitat davant d'aquest moviment, o bé amb persones que les tenen de manera habitual.

Segons explica la llevadora Laia Casadevall, el més habitual és que aquestes contraccions siguin fruit d'un úter actiu o més irritable, o fins i tot segons diu, d'un úter que demana descans o més tranquil·litat emocional.

En cas de sagnat o contraccions regulars, fortes i/o molt molestes cal consultar a un/a llevador/a o obstetra.

[embarasconsulta]

[ficentrareport] [embaras00]