


TENGO
UN RETRASO

GUÍA PARA ABORTOS SEGUROS CON MIFEPRISTONA + MISOPROSTOL



ANTES DEL PROCESO

- 1 Corroborar el embarazo mediante alguna prueba (de orina, sangre o un ultrasonido)



2

Recuerda tu FUM (fecha de última menstruación) para corroborar las semanas de embarazo.



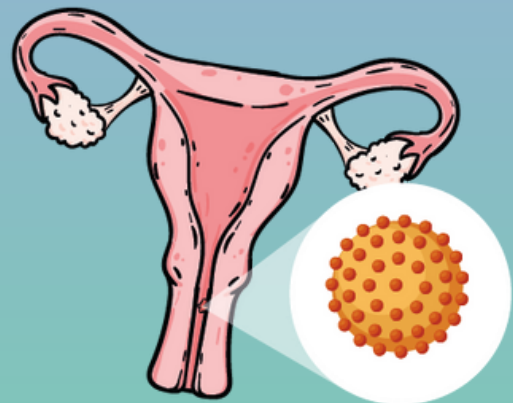
Para calcular tus semanas mediante tu FUM, busca la calculadora en <https://tengounretraso.mx/>



Si no recuerdas tu FUM, puedes realizarte una prueba de sangre cuantitativa (HCG) o un ultrasonido.

3

Si tienes una infección vaginal o urinaria, es importante tratarla antes de realizar un proceso.



4

Si tienes algún método anticonceptivo como el DIU o SIU. Es recomendable retirarlo antes de un proceso.




TENGO
UN RETRASO

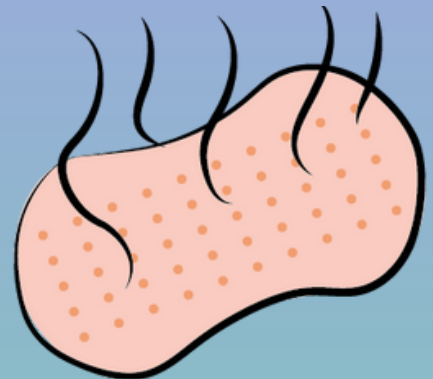
ARTÍCULOS Y CUIDADOS PREVIOS PARA ANTES DE REALIZAR EL PROCESO

- Medicamentos para abortar: 1 mifepristona + 4 misoprostol



- Medicamentos para el dolor (elegir una de ellas): Ibuprofeno, paracetamol, ketorolaco, diclofenaco.

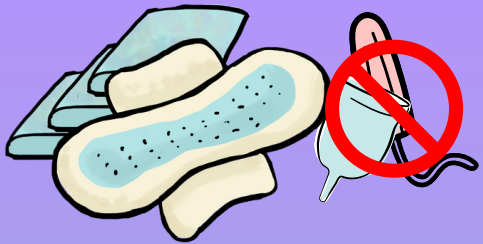
- Parches térmicos (Los más económicos son los que puedes comprar en Farmacias Similares)



- Otros medicamentos (opcionales): Loperamida (diarrea), Festomar o Dramamine (náuseas)

- Remedios naturales (opcionales): Galletas saladas, helado o algo frío, té de jengibre, hojas de menta, limón (para náuseas)





Toallas sanitarias: Regulares, de preferencia. **No tampones o copa menstrual.**



Una comprensa, un costalito de semillas o un trapito caliente, para disminuir cólicos.



Un lugar seguro y tranquilo con acceso a un baño



Agua o electrolito



Descanso



Alguna persona que conozca que estás en un proceso de aborto

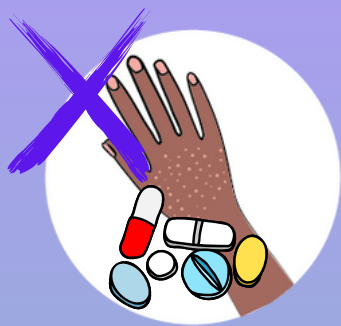


Nota: Es importante que si tienes náuseas y vómitos, si procures controlarlos, ya que: **La Mifepristona mínimo debemos tenerla de 30 a 60 min en nuestro cuerpo y misoprostol mínimo los 30 min que estén en nuestra boca.** Después de este tiempo no hay ningún problema si vomitamos.

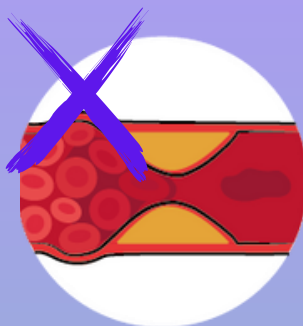


**TENGO
UN RETRASO**

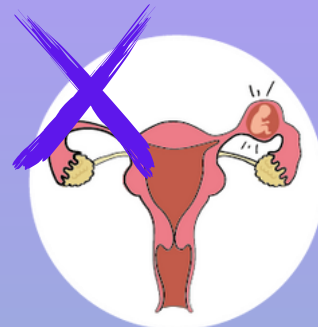
¿QUIÉNES SÍ SON LAS MUJERES Y PERSONAS CON OPCIÓN DE GESTAR QUE PUEDEN ABORTAR CON MEDICAMENTOS?



Que no tengan
alergia a los
medicamentos



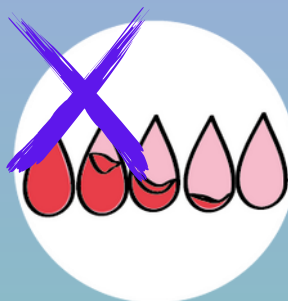
Que no tengan
problemas de
coagulación



Que no tengan
un embarazo
ectópico (fuera
del útero)



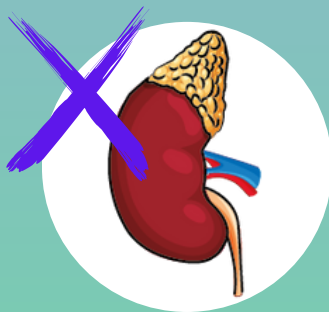
Que no
tengan asma
no controlada



Que no tengan
anemia severa



Que no tengan
porfiria
hereditaria



Que no tengan insuficiencia
suprarrenal crónica



DURANTE EL PROCESO

Hay 3 vías de administración del misoprostol. Elige la que mejor te convenga, nosotras **te recomendamos la vía sublingual o bucal.**

1



Vía sublingual:
Debajo de la lengua

2



Vía bucal: Entre
encía y mejilla

3



Vía vaginal:
Dentro de la
vagina

PASO 1

Toma vía oral (con agua) la Mifepristona.

Después de tomarla podrás realizar tus actividades de forma normal. Usualmente no ocasiona ningún síntoma.

Aunque, a veces, puede generar sangrado o algunas expulsiones de coágulos.



PASO 2

Toma un analgésico 1 hora antes de colocar el Misoprostol y repite cada 8 hrs por 3-5 días.



TENGO
UN RETRASO

PASO 3

Deja pasar como mínimo 24 hrs y como máximo 48 hrs para poder **colocar 4 misoprostol vía bucal** (entre encía y mejilla) **2 de lado izquierdo y 2 de lado derecho, durante 30 min** hasta que se disuelvan. (Nosotras te recomendamos dejar pasar 36 hrs.)

Puedes pasar saliva, asegurándote de **mantener las pastillas en la boca**



Se recomienda que durante el proceso **no tomes aspirina, syncol, cafiaspirina, buscapina y butilhioscina** (o algún analgesico especializado para aliviar cólicos menstruales).

Si no hay sangrado y estas segura que el embarazo se encuentra dentro del útero/ matriz, puedes aplicar otra dosis, las dosis que sean necesarias o puedes preguntar a tu Acompañante de Abortos



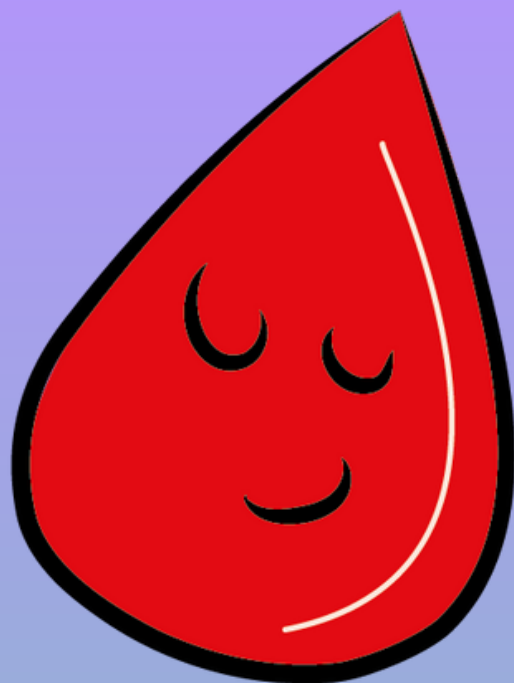
TENGO
UN RETRASO

¿QUÉ ESPERAMOS SENTIR?

CON EL MISOPROSTOL:

SÍNTOMAS ESPERADOS:

Sangrado, (que podría ser como el de tu menstruación en tus días más abundantes o con mayor intensidad), expulsión de coágulos y tejidos.



SÍNTOMAS QUE PODRÍAN APARECER O TAL VEZ NO (DEPENDE DE CADA UNA DE NOSOTRAS)



Cólico



Diarrea



Vómito/náuseas



Dolor de cabeza
y mareos



Escalofríos



TENGO
UN RETRASO



Estos síntomas pueden aparecer prácticamente de forma inmediata a la toma o en algunas ocasiones pueden tardar un poco más.

O también puede ser que no aparezcan. Cada cuerpo reacciona de manera diferente

El efecto de las pastillas (sangrado y expulsión) suele **presentarse dentro de las primeras 24 horas**. Sin embargo, en algunos casos poco frecuentes, puede tardar hasta 48 horas.



APARECEN EN LAS PRIMERAS 24 HRS

¿CUÁLES SON LOS SIGNOS DE ALARMA?



Fiebre mayor a 38° por más de 12 hrs que no ceda con paracetamol



Empapar (por completo) 4 toallas regulares en 2 horas continuas



Cólicos incapacitantes que no cedan con analgésico



Desmayos

Te recordamos que este medicamento no es detectado en ningún estudio, ni un ultrasonido



TENGO UN RETRASO

Todos los abortos pueden ser abortos espontáneos. Los abortos inducidos con pastillas tienen efectos similares a los de un aborto espontáneo.

En México ninguna mujer y personas con opción a gestar puede ser criminalizada por abortar, según la SCJN



***Cualquier duda, puedes contactarte con tu Acompañante de Abortos Seguros**



DESPUÉS DEL PROCESO

(SE SUGIEREN ESTOS CUIDADOS DURANTE 2 SEMANAS)



1

Trata de no cargar cosas pesadas y no hacer ejercicio extenuante

2

Hidrátate súper bien (la hormona del embarazo podrá salir mediante la orina)



3

De ser posible toma ibuprofeno de 3 a 5 días. Además de ser un analgésico, es un antiinflamatorio y va a ayudar a desinflamar tejidos

4

El sangrado puede durarte entre 7 a 15 días va de rojo brillante a color café achocolatado y es normal.

También es posible que el sangrado pueda durar incluso 30 días más, pero debe ir disminuyendo.

El sangrado puede llegar a ser intermitente, es decir que unos días haya y otro no. También puede cambiar de color: rosa o café.



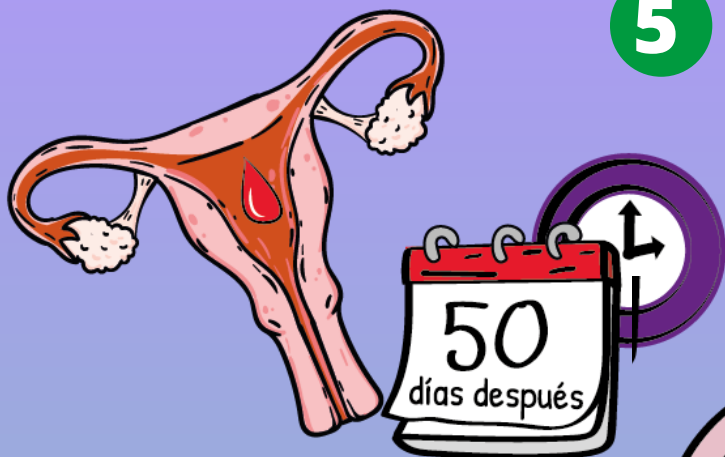
**TENGO
UN RETRASO**



DESPUÉS DEL PROCESO

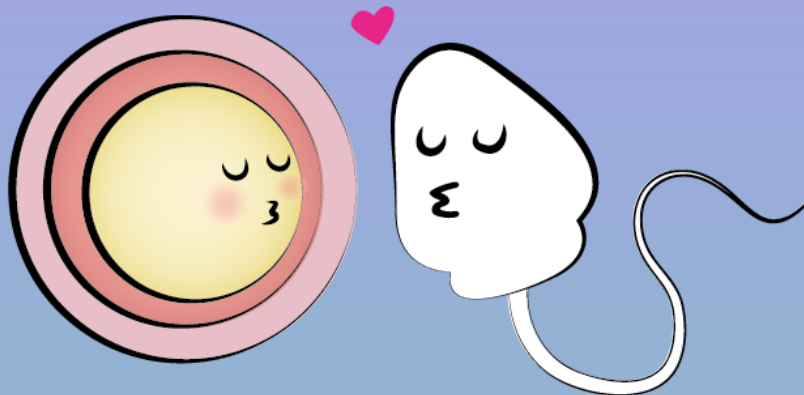
5

Tu siguiente periodo menstrual puede llegar entre 30 a 50 días después



6

Tu fertilidad no se modifica, en 15 días eres fértil nuevamente.



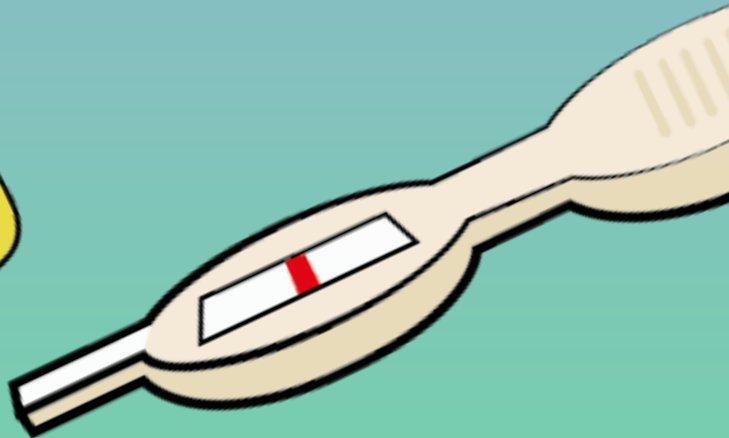
7

No se recomienda tener relaciones sexuales los primeros 10-15 días o al menos mientras sigas sangrando.



8

Realiza alguna prueba de embarazo de orina o sangre al menos 15 días después de tu proceso.



TENGO
UN RETRASO



TENGO UN RETRASO🕒

FUENTES:

Lineamiento Técnico para la atención del Aborto Seguro en México

<https://www.gob.mx/salud/cnegsr/documentos/lineamiento-tecnico-para-la-atencion-del-aborto-seguro-en-mexico-274667>

Directrices sobre la atención para el aborto

<https://www.who.int/es/publications/i/item/9789240039483>

