

Uso del misoprostol: todo lo que debes saber

¿Vas a practicar un aborto utilizando solo pastillas de misoprostol? Si es tu caso, esta guía de uso es para ti.

Antes de tomar las pastillas:

- Si tienes un dispositivo intrauterino (ej. la T de cobre o el dispositivo de progesterona), **debes** acudir a un servicio para que lo retiren.
- Si estás amamantando, las pastillas de misoprostol podrían causar diarrea en el bebé. Para evitarlo alimenta al bebé, toma las pastillas de misoprostol y espera 4 horas antes de amamantar nuevamente.
- Si vives con el VIH, es importante que no estés sintiendo malestar, que tomes los antirretrovirales y que te sientas en buen estado de salud general.
- Si te han diagnosticado con anemia crónica, es recomendable que identifiques un proveedor de salud que pueda ayudarte en caso de emergencia. Si las pastillas abortivas te producen un fuerte sangrado, tu salud podría estar en riesgo.

Recomendaciones generales:

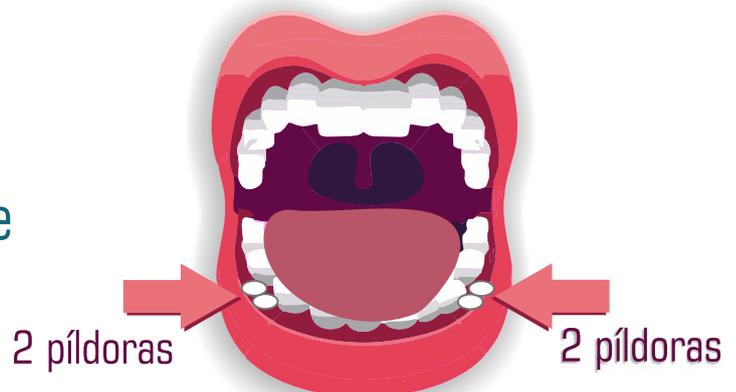
- Toma suficiente agua durante todo el proceso.
- Es recomendable comer algo ligero (ej. galletas de sal o tostadas) antes de tomar el medicamento, para así ayudar a prevenir las náuseas. Evita las comidas pesadas, picantes o grasosas, pues pueden causar ganas de vomitar.
- Toma una decisión sobre el lugar donde usarás las pastillas: en casa o en un sitio privado donde puedas relajarte. Los cólicos y el sangrado podrían empezar incluso 30 minutos después de usar el medicamento. Por lo tanto, querrás estar en un lugar en el que te sientas segura y relajada.
- Algunas mujeres desean involucrar a un amigo o a un familiar que las apoya, para colaborar con el cuidado doméstico de los hijos pequeños o para asumir otras tareas. También es agradable saber que alguien está ahí para brindarte una bebida caliente, cuidarte o hacer los arreglos logísticos necesarios en caso de que requieras asistencia médica.
- Aunque la mayoría de las mujeres responden bien al medicamento es importante que diseñes un plan de acción, por si llegas a requerir atención médica durante el aborto. Identifica el establecimiento de salud más cercano (máximo una hora de distancia).



Primer paso: uso del misoprostol

Hay dos formas de usar las pastillas;
y ambas son muy efectivas:

- **Uso del misoprostol entre la encía y la mejilla**



- Toma un sorbo de agua y trágalo para humedecer la boca.
- Coloca cuatro pastillas entre la encía y la mejilla (dos a cada lado).
- Mantén las pastillas en la boca durante 30 minutos. Es probable que se disuelvan un poco y que sientas una textura arenosa en la boca.
- Transcurridos 30 minutos, toma un sorbo de agua y traga los residuos de las pastillas.



Espera entre 3 y 4 horas

- Toma un sorbo de agua y trágalo para humedecer la boca.
- Coloca cuatro pastillas entre la encía y la mejilla (dos a cada lado).
- Mantén las pastillas en la boca durante 30 minutos. Es probable que se disuelvan un poco y que sientas una textura arenosa en la boca.
- Transcurridos 30 minutos, toma un sorbo de agua y traga los residuos de las pastillas.

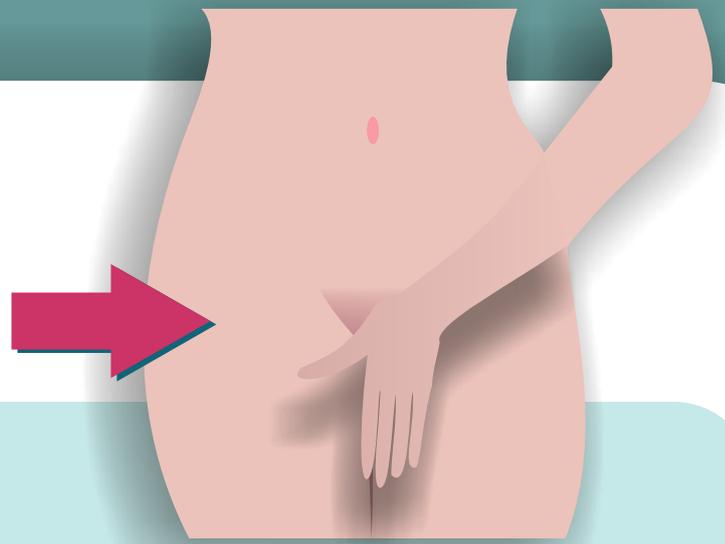


Espera entre 3 y 4 horas

- Toma un sorbo de agua y trágalo para humedecer la boca.
- Coloca cuatro pastillas entre la encía y la mejilla (dos a cada lado).
- Mantén las pastillas en la boca durante 30 minutos. Es probable que se disuelvan un poco y que sientas una textura arenosa en la boca.
- Transcurridos 30 minutos, toma un sorbo de agua y traga los residuos de las pastillas.

Si necesitas ayuda para manejar el dolor, recuerda que el ibuprofeno es un buen medicamento. En la mayoría de los países puedes comprar ibuprofeno de 200 mg sin necesidad de prescripción. Toma cuatro pastillas cada seis horas. Esto ayudará a reducir los cólicos.

■ Uso del misoprostol en la vagina



- Orina.
- Lávate las manos.
- Recuéstate.
- Coloca cuatro pastillas de misoprostol en tu vagina cuidadosamente. No hay un lugar especial en la vagina en el que debas ponerlas. Solo debes evitar que las tabletas se salgan por un lapso de 30 minutos. **Empuja tanto como tus dedos lo permitan, sin llegar a sentirte incómoda.**
- Intenta acostarte y relajarte durante media hora.



Espera entre 3 y 4 horas

- Orina.
- Lávate las manos.
- Recuéstate.
- Coloca cuatro pastillas de misoprostol en tu vagina cuidadosamente. Empuja tanto como tus dedos lo permitan sin llegar a sentirte incómoda.
- Intenta acostarte y relajarte durante media hora.



Espera entre 3 y 4 horas

- Orina.
- Lávate las manos.
- Recuéstate.
- Coloca cuatro pastillas de misoprostol en tu vagina cuidadosamente. Empuja tanto como tus dedos lo permitan sin llegar a sentirte incómoda.
- Intenta acostarte y relajarte durante media hora.

Si necesitas ayuda para manejar el dolor, recuerda que el ibuprofeno es un buen medicamento. En la mayoría de los países puedes comprar ibuprofeno de 200 mg sin necesidad de prescripción. Toma cuatro pastillas cada seis horas. Esto ayudará a reducir los cólicos.

Advertencia:

- El misoprostol no suele disolverse en la vagina. No te preocupes si las pastillas se deslizan (salen de tu vagina) 30 minutos después de la colocación, pues en este lapso de tiempo el cuerpo ya habrá absorbido el medicamento necesario.

Si el aborto no es legal en tu país y puedes ser arrestada por intentar la interrupción de un embarazo, **te recomendamos que coloques las pastillas abortivas entre la encía y la mejilla**. El misoprostol usualmente no se disuelve en la vagina. Si llegas a requerir atención médica es posible que encuentren rastros del medicamento; y te podrían reportar a las autoridades.

¿Qué sucederá tras usar las pastillas?

La mayoría de las mujeres siente cólicos y sangrado entre 1 y 2 horas después de tomar el misoprostol (incluso antes, en algunos casos). Estos síntomas son positivos porque demuestran que el medicamento está funcionando.

Dolor y sangrado: ¿qué esperar?

- Algunas mujeres sienten mucho dolor -más intenso que los cólicos menstruales (si es que tienes calambres durante el periodo).
- Algunas mujeres presentan un sangrado mucho más abundante que durante el periodo menstrual. Durante las horas siguientes a la colocación del misoprostol pueden aparecer coágulos de sangre tan grandes como un limón.
- Para otras mujeres tanto el sangrado como los calambres son similares a los del periodo menstrual.

La mayoría de las mujeres expulsará el embarazo en un periodo de 4 a 5 horas desde la colocación de las pastillas. Es normal sentir náuseas o tener diarrea, escalofríos e incluso fiebre durante este periodo. La mayoría de las mujeres reportan que saben cuándo han expulsado del embarazo porque empiezan a sentirse mejor y el sangrado va disminuyendo.

Algunas mujeres intentan determinar si el aborto se ha completado buscando tejidos del embarazo en el sangrado. Debes saber que para embarazos muy tempranos es difícil identificar estos tejidos, pues suelen esconderse en la sangre o en los coágulos.

Es normal que continúes con un sangrado ligero e irregular hasta la llegada de tu próximo periodo menstrual (de 3 a 4 semanas).

¡Signos de alarma!

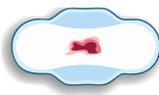
Debes buscar atención médica:

- Si no sangras o el sangrado es muy ligero, pese a sentir un dolor muy severo (particularmente en el hombro derecho), que no disminuye con el uso de ibuprofeno. Esto puede indicar que el embarazo estaba creciendo fuera del útero. Aunque esto es poco frecuente, constituye una amenaza para la vida.
- Si sangras lo suficiente para empapar una toalla higiénica en el lapso de una hora o menos y esto sucede durante dos horas. Empapar significa que la toalla higiénica está cubierta de sangre de arriba a abajo, de lado a lado, en el frente y en la parte trasera.

Gráficos para entender el nivel de sangrado

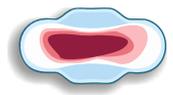
Cantidad escasa

Manchas de sangre. Sangrado muy ligero en la toalla en el lapso de una hora.



Cantidad moderada

En el lapso de una hora casi toda la toalla se cubre de sangre.



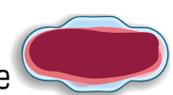
Cantidad ligera

Una mancha un poco más grande en la toalla en el lapso de una hora.



Cantidad abundante

La toalla se empapa completamente en el lapso de una hora.



- Si 24 horas después de usar el misoprostol sientes náuseas o tienes fiebre por encima de los de 38 °C.
- Si tienes dolor extremo que no se reduce con el uso del ibuprofeno.

Segundo paso: seguimiento

Aunque las pastillas de misoprostol son muy efectivas, algunas mujeres seguirán en embarazo después de usarlas. Es bueno, siempre que sea posible, visitar a una obstetrix (partera), enfermera o médico que puedan confirmar la interrupción de la gestación, dos semanas después de usar las pastillas.

A menudo, la confirmación se hace mediante un examen pélvico o un ultrasonido (si está disponible).

Algunas mujeres no desean compartir con el personal de salud información sobre el uso de las pastillas abortivas, para resguardar su privacidad. Pueden decir que estaban embarazadas y tuvieron un sangrado, pero que no saben si el embarazo continúa.

ADVERTENCIA:

- Las pruebas de embarazo de orina – aquellas que consigues en las farmacias – pueden mostrar un resultado positivo incluso 3 o 4 semanas después de usar las pastillas, aunque el aborto haya sido exitoso. Por lo tanto, esta no es la mejor forma de saber si la gestación continúa. ¡Visita a un proveedor de salud!

¡Recuerda!:

Puedes quedar en embarazo incluso una semana después de tomar las pastillas abortivas. Para prevenir un futuro embarazo no deseado puedes usar métodos anticonceptivos. ¡Pregunta a tu proveedor de salud!

Si tienes preguntas adicionales, no dudes en contactarnos:
help@safe2choose.org

