

ANTES DE UN ABORTO

INDUCIDO CON MEDICAMENTOS



Material de apoyo para el acompañamiento del aborto

Ipas
LATINOAMÉRICA
Y EL CARIBE



Este es un paquete de publicaciones que tiene la intención de facilitar el acompañamiento a mujeres en situación de aborto.

Se divide en 3 cuadernillos que tienen información relevante para las etapas del proceso: antes del procedimiento, durante y después de un aborto con medicamentos. Estos materiales pueden servir como una guía para el acompañamiento. Recomendamos utilizar los 3 cuadernillos y compartir la información con quien lo necesite.

Adicionalmente, encontrarás recursos que pueden facilitar el acompañamiento a mujeres en situación de aborto, documentos actualizados y herramientas que pueden ser de utilidad.

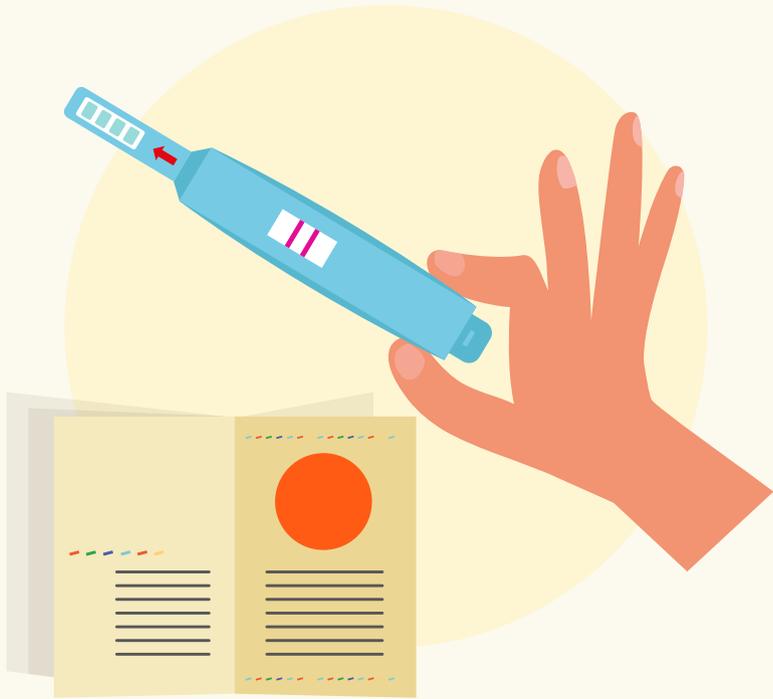
Material de apoyo para el acompañamiento del aborto.

1. Antes de un aborto.

1era ed. Ipas Latinoamérica y el Caribe (Ipas LAC) Julio, 2022.

Ipas LAC alienta la distribución pública, así como la reproducción parcial o total del presente documento siempre y cuando se cite la fuente. En ningún caso esta obra podrá ser usada con fines comerciales, su difusión es gratuita.

Ipas es una organización internacional sin fines de lucro que trabaja en cuatro continentes, con el objetivo de incrementar la capacidad de las mujeres para ejercer sus derechos sexuales y reproductivos, especialmente, el derecho al aborto.



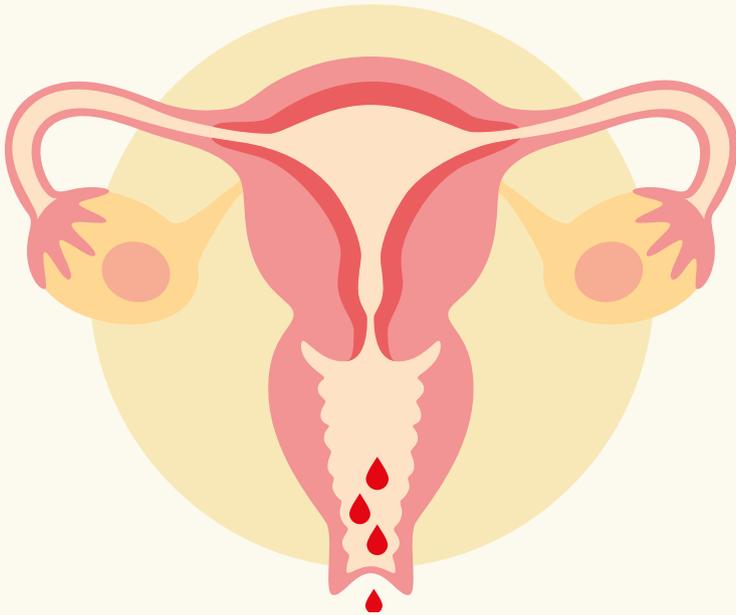
Antes de un aborto

Este cuadernillo tiene información sobre el aborto y la autogestión del aborto inducido con medicamentos.

Creemos que esta información puede ser útil si te encuentras ante un embarazo no deseado o no intencionado o te encuentras acompañando a alguien en esta situación.

Qué es el aborto

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (2014), el aborto se define como la interrupción del embarazo antes de que el producto sea viable fuera del útero, es decir, antes de las 22 semanas de gestación aproximadamente. Existen dos tipos de aborto: espontáneo e inducido.



Aborto seguro

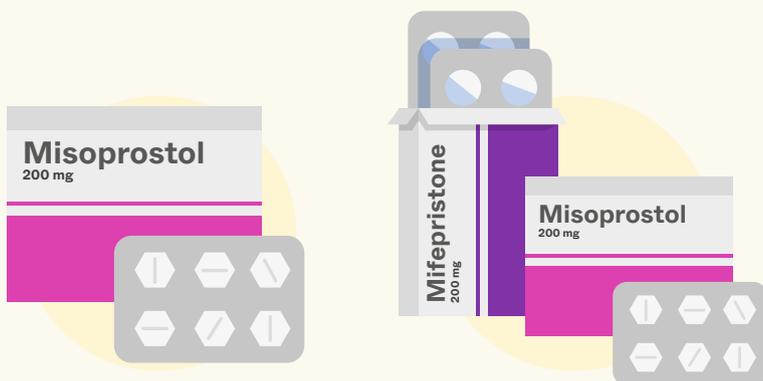
El aborto es un procedimiento altamente seguro cuando cuentas con la Información adecuada, se realiza por una persona capacitada y se utilizan los protocolos y tecnologías médicas recomendadas.

Métodos de aborto

Los métodos avalados por la Organización Mundial de la Salud para interrumpir un embarazo son:

Aborto con medicamentos

En este método se usan pastillas para provocar la expulsión del contenido uterino. Los medicamentos utilizados son la mifepristona y el misoprostol combinados o el misoprostol solo. Ambos métodos son avalados y recomendados por la Organización Mundial de la Salud (OMS) y organismos especializados, nacionales e internacionales, como la Federación Internacional de Ginecología y Obstetricia (FIGO).



Es recomendable usar medicamentos para el aborto si el embarazo tiene menos de 12 semanas completas.

Una vez que se comienza el proceso se presentan cólicos y la expulsión de coágulos de diferentes tamaños, dependiendo de las semanas de gestación.

Es importante considerar la toma de medicamentos para el dolor antes y durante el proceso, y es normal tener sangrado o manchitas hasta por dos semanas después del procedimiento.

Este método, usando el medicamento en las dosis correctas, tiene entre el 95 % y 98 % de efectividad. Sólo 2 de cada 100 casos presentan alguna complicación.

Aborto por aspiración endouterina (AMEU)

Consiste en la extracción del contenido del útero con una succión suave mediante una cánula flexible que se introduce en el cuello uterino.



Este método es recomendable en embarazos menores a las 13 semanas y se realiza por profesionales de la salud con capacitación especializada.

Es un proceso seguro, eficaz y ambulatorio, es decir, que no requiere hospitalización. El procedimiento se suele acompañar de anestesia local y analgésicos orales para reducir molestias.

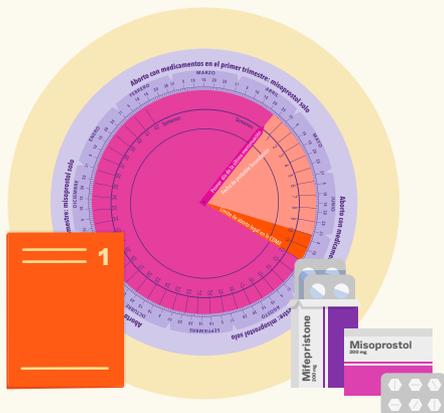
Tiene una eficacia del 98 % y sólo 1 de cada 100 casos presenta complicaciones.

A dónde acudir para interrumpir un embarazo por libre decisión

En varios territorios está permitido el procedimiento de interrupción legal del embarazo antes de las 12 semanas de gestación, en este caso, el servicio puede solicitarse en las unidades de salud sin necesidad de explicar las razones personales.

El procedimiento de interrupción legal del embarazo también puede realizarse en casa, contando con la información correcta y los insumos adecuados.

Si te encuentras en un territorio donde no está permitida la interrupción del embarazo por libre decisión, puedes acudir a otra entidad en donde sí se permita o acercarte a alguna organización o colectiva para recibir apoyo.



Autogestión del aborto con medicamentos

El aborto con el uso correcto de pastillas es una manera eficaz, segura y autónoma de interrumpir un embarazo. Esto permite gestionar el propio proceso de aborto con o sin la participación de un/a profesional de la salud y teniendo la misma efectividad.

Además, esta forma autogestiva de acceder al aborto a través de medicamentos es el método más utilizado mundialmente, ya que pone en manos de las mujeres el control de su cuerpo, y el ejercicio de sus derechos y autonomía reproductiva.

Confirmación del embarazo

Antes de cualquier procedimiento, es importante confirmar el embarazo, para ello existen tres opciones:



- **Prueba casera.** Este tipo de pruebas se realizan a través de la orina y pueden conseguirse en cualquier farmacia.



- **Prueba de laboratorio.** A través de la sangre o la orina se busca la presencia de la hormona hCG, que se produce aproximadamente 10 días después de la fertilización.



- **Ultrasonido o ecografía.** Que se realiza en laboratorios o servicios de salud públicos o privados.

Cálculo de la edad gestacional

La edad gestacional puede calcularse de dos maneras:

1. Fecha de la última menstruación (FUM)

Que se obtienen utilizando el primer día de la última menstruación y contando las semanas hasta el día actual. Te recomendamos ver la sección “Herramientas para el acompañamiento”, al final de este cuadernillo, para consultar un gestorama virtual.

2. Ultrasonido o ecografía

Que puede realizarse en un laboratorio. No es necesario informar al personal del laboratorio que se está considerando la interrupción del embarazo. Cada persona es libre de elegir de acuerdo con su propias condiciones y circunstancias de vida.

Cualquiera de estas dos opciones puede dar certeza sobre las semanas de gestación (SDG) y permitirá decidir de mejor manera cuál es el método idóneo y seguro para interrumpir el embarazo.



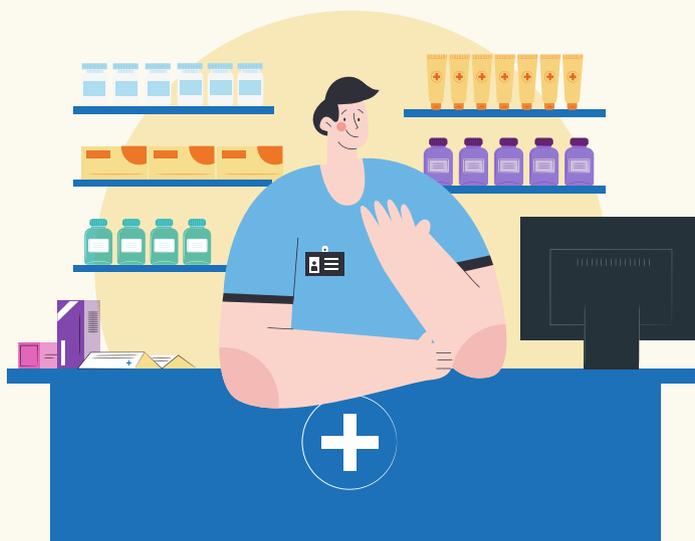
Elección del método adecuado

Si se ha confirmado el embarazo y se decide interrumpirlo de manera segura, es necesario elegir el método indicado, para hacerlo se debe tomar en cuenta:

- Las semanas de gestación
- El estado general de salud de la persona embarazada. Si existe alguna condición o enfermedad que deba ser considerada
- La decisión informada de la persona embarazada. Porque ella tiene la última palabra

Dónde conseguir medicamentos para el aborto

En muchos territorios, el misoprostol se encuentra disponible para compra en farmacias, en diferentes presentaciones y bajo distintos nombres comerciales, su venta no está condicionada a la presentación de una receta médica ya que es usado para el tratamiento de úlceras gástricas.



También se puede conseguir a través de alguna colectiva de acompañantes de aborto o alguna asociación aliada en la comunidad, quienes pueden proveer el medicamento en las dosis adecuadas para realizar el procedimiento de manera segura.



Aborto y salud mental

El aborto está rodeado de mitos y uno de ellos es que realizarlo deja secuelas o afectaciones mentales, como depresión, suicidio o consumo de sustancias. Incluso se habla de la existencia de un “síndrome postaborto”. Esto es completamente falso y varios estudios científicos lo han demostrado.



A partir de 2007, distintos equipos de expertos en países como Estados Unidos, Inglaterra, Australia, Holanda y Nueva Zelanda¹ realizaron investigaciones para responder a la pregunta: ¿El aborto afecta la salud mental de las mujeres?

1 Estas investigaciones incluyen la realizada por la Asociación Americana de Psicología que incorpora una evaluación de la evidencia sobre aborto y salud mental, en 2018; un informe de la Real Academia de Colegios de Médicos de Londres sobre aborto inducido y salud mental, en 2011; un estudio sobre las emociones y la percepción de la decisión de haber abortado cinco años después, publicado en la revista científica *Social Science & Medicine*, en el año 2020, entre otros.



¡La conclusión es clara!: abortar en condiciones legales y seguras no se relaciona con el desarrollo de condiciones mentales negativas. De hecho, el 95 % de mujeres que participaron en estos estudios aseguró que tomó la mejor decisión.

Realizar un aborto de manera segura, legal, informada y con tecnología adecuada evita que existan consecuencias negativas para la salud mental de quienes deciden ejercer ese derecho. Gracias a este tipo de investigaciones, hoy sabemos que quienes accedieron a un aborto elegido tendieron a proyectar un futuro positivo, con metas y un plan de vida satisfactorio.

Para tomar en cuenta

Sin embargo, las y los expertos concluyeron que otro tipo de factores sí pueden generar afectaciones. Los estudios revelaron que las mujeres que han sido obligadas a continuar con embarazos no deseados son quienes tienden a desarrollar, por ejemplo, ansiedad y presentan complicaciones en el embarazo.

También se encontró que el estigma y prejuicio social por abortar son factores detonantes del malestar que pueden sentir algunas mujeres que interrumpieron el embarazo. En la Ciudad de México, por ejemplo, 1 de cada 3 mujeres reportó sentirse preocupada porque personas cercanas y queridas las juzgaran por abortar.²

2 De la investigación: Relación entre estigma percibido y sintomatología depresiva en mujeres que interrumpen el embarazo legalmente en la Ciudad de México. Salud mental, realizado en el año 2019.

Sobre la depresión, es importante saber que vivir con esta condición previo a interrumpir el embarazo puede relacionarse con síntomas de depresión después del procedimiento. Es normal experimentar sensaciones de tristeza y estrés después del aborto si nos encontramos rodeadas de estigma social, sin embargo, está comprobado que éstas disminuyen con el paso del tiempo e incluso muchas mujeres refieren que su sensación inicial de malestar se transformó en alivio.



En estos ambientes adversos, es importante contar con acompañamiento acorde con nuestras necesidades, ya sea de la mano de una persona profesional de la salud mental o a través de redes de apoyo: amigas, pareja, familiares, e incluso mujeres y conocidas que acompañan estos procesos. Decidir sobre nuestra reproducción posibilita que mejoremos el control sobre nuestros cuerpos y construir, con libertad, nuestro plan de vida.³

Te recomendamos consultar los recursos adicionales sobre el tema, en la sección “Herramientas de apoyo”, al final de este cuadernillo.

3 De la investigación: Story Circles and abortion stigma in Mexico: a mixed-methods evaluation of a new intervention for reducing individual level abortion stigma, realizada en 2020 y publicada en la revista Culture, Health & Sexuality.

Herramientas de apoyo para el acompañamiento del aborto inducido con medicamentos

Aquí encontrarás recursos para ampliar tus conocimientos sobre la autogestión del aborto con medicamentos, herramientas que pueden servir durante el acompañamiento y algunos materiales que te recomendamos compartir con las mujeres a las que acompañas.

Documentos que puedes consultar y tener como referencia:



Guía de aborto de la OMS, 2022.
En: <https://srhr.org/abortioncare/>



Aplicación Aborto Seguro, Hesperian.
En: <https://bit.ly/aplicacion-aborto-seguro>



Métodos de aborto seguro, en:
https://ipaslac.org/blog/2019/2019/metodos_de_aborto_seguro/



Aborto y salud mental
En: <https://ipasmexico.org/pdf/IpasCAM-2020-AbortoySaludMental.pdf>



Aborto seguro en casa, en:
<https://abortoseguroencasa.ipasmexico.org/>



Mapa de acceso al aborto en Latinoamérica:
<https://abortoenmipais.ipaslac.org/>



Preguntas de aborto, en:
<https://preguntasdeaborto.ipasmexico.org/>



Abortar en condiciones seguras no afecta la salud mental, en:
https://ipaslac.org/blog/2022/2022/abortar_en_condiciones_seguras_no_provoca_danos_a_la_salud_mental/



Lineamiento Técnico para la atención del Aborto Seguro, Gobierno de México.
En: <https://bit.ly/lineamiento-tecnico-aborto>



Este es un documento creado en colectividad, Ipas LAC alienta la distribución pública, así como la reproducción parcial o total del presente documento siempre y cuando se cite la fuente. En ningún caso esta obra podrá ser usada con fines comerciales, su difusión es gratuita.