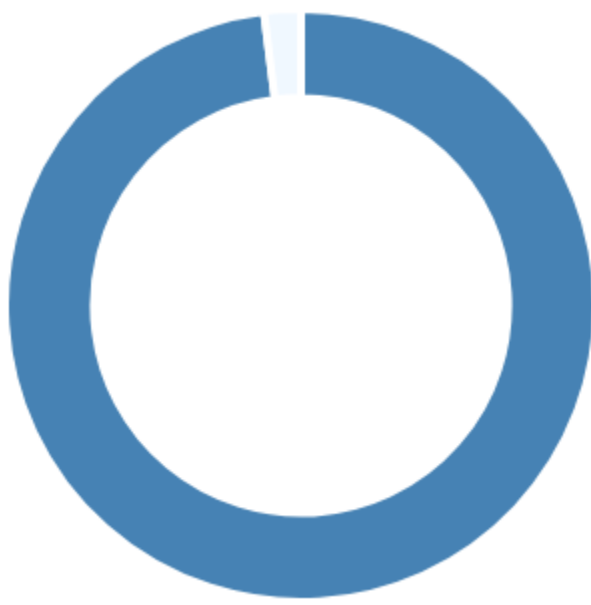


Guía Interactiva para un Aborto Seguro

Una herramienta basada en protocolos de la OMS para acompañarte con información clara y confiable.

Puntos Clave de Seguridad

Esta guía es para personas con un embarazo de ****hasta 12 semanas de gestación****. El misoprostol es un medicamento muy seguro y efectivo cuando se usa correctamente dentro de este límite de tiempo. A continuación se presentan los datos de eficacia basados en estudios de la OMS.



El gráfico muestra una tasa de éxito de hasta el 98% cuando se sigue el protocolo completo.

Importante: Descartar Embarazo Ectópico

El misoprostol ****NO funciona**** para un embarazo ectópico (fuera del útero) y no debe usarse en ese caso. Aunque es una condición rara (1-2% de los embarazos), es grave. Considera una ecografía si tienes:

- › Dolor agudo y constante en un solo lado del abdomen.
- › Un historial de embarazo ectópico, cirugías pélvicas o DIU.

Fase 1: Tu Kit de Preparación

Tener todo listo antes de empezar hará que el proceso sea mucho más tranquilo. Organiza tu espacio y reúne estos elementos.



Medicamentos

- ✓ **12 pastillas de Misoprostol (200 µg):** Verifica la fecha de vencimiento y que el blíster esté sellado.
- ✓ **Ibuprofeno (400 mg):** Para manejar los cólicos. Evita la aspirina.



Comodidad y Apoyo

- ✓ **Toallas sanitarias:** Grandes o nocturnas (2 paquetes). No uses tampones ni copas.
- ✓ **Almohadilla térmica o botella de agua caliente:** Tu mejor aliada para el dolor.
- ✓ **Hidratación y snacks ligeros:** Agua, té y galletas.
- ✓ **Compañía:** Si es posible, pide a alguien de confianza que te acompañe.

Fase 2: El Protocolo Paso a Paso

Este es el método sublingual (debajo de la lengua), recomendado por la OMS. Sigue los tiempos cuidadosamente.

1. Preparación Inmediata

30 minutos antes de la primera dosis, toma 400 mg de Ibuprofeno con un snack ligero.

2. Primera Dosis (Hora 0)

Coloca ****4 pastillas**** bajo tu lengua y déjalas disolver por ****30 minutos****. Luego, traga los restos con agua.

3. Segunda Dosis (3 horas después)

Repite el proceso: coloca otras ****4 pastillas**** bajo tu lengua por 30 minutos y traga los restos.

4. Tercera Dosis (6 horas después del inicio)

Coloca las últimas ****4 pastillas**** de la misma manera. El protocolo ha terminado. Ahora tu cuerpo hará su trabajo.

Fase 3: Qué Esperar Durante el Proceso

Los síntomas pueden empezar en cualquier momento tras la primera dosis. Esto es lo que se considera normal.

Cólicos y Dolor

Serán más fuertes que una menstruación normal. Usa el ibuprofeno y la almohadilla térmica. El dolor suele venir en oleadas.

Sangrado y Coágulos

Es la señal principal de que el proceso funciona. El sangrado será abundante y verás coágulos. Es completamente normal.

Otros Efectos

Son comunes los escalofríos, fiebre leve (hasta 38°C), náuseas o diarrea. Estos suelen pasar en las primeras 24 horas.

Fase 4: Señales de Alerta Urgente



La seguridad es lo primero. Acude a un hospital INMEDIATAMENTE si experimentas cualquiera de estos síntomas.

Sangrado Excesivo

Llenar 2 o más toallas grandes por hora, durante 2 horas seguidas.

Fiebre Alta

Temperatura mayor a 38°C que dura más de 24 horas.

Dolor Insoportable

Un dolor extremo que no mejora con ibuprofeno.

Nota: En el hospital, puedes decir que crees estar teniendo un aborto espontáneo. Los síntomas y el tratamiento son idénticos.

Fase 5: Recuperación y Cuidados Posteriores

El proceso intenso ha terminado. Ahora enfócate en tu bienestar físico y emocional.

Cuidado Físico

Descanso: Duermes y descansa al menos por 24-48 horas.

Sangrado: Es normal tener sangrado ligero o intermitente por 1-3 semanas.

Nutrición: Come alimentos ricos en hierro y bebe muchos líquidos.

Anticoncepción: Tu fertilidad regresa rápido. Inicia un método anticonceptivo si lo deseas.

Bienestar Emocional

Es normal sentir una mezcla de emociones. Todas son válidas. Habla con alguien de confianza, escribe, o contacta a una red de apoyo.

Verificación

Espera al menos ****4 semanas**** para hacerte una prueba de embarazo de orina. Hacerla antes puede dar un falso positivo.