

**¿QUE  
DEBEMOS  
SABER  
DESPUÉS  
DE UN  
ABORTO?**

# ¿QUE DEBEMOS SABER DESPUÉS DE UN ABORTO?

**La palabra aborto trae a nuestra mente una serie de imágenes y sentimientos diversos. Ante este tema, la población reacciona de manera diferente: unas veces con respuestas serenas, y en otros casos con una fuerte carga emocional.**

Lo cierto es que la decisión de abortar o no hacerlo depende de lo que representa el embarazo en la vida de cada mujer:

- Un acontecimiento esperado y querido.
- Inoportuno por diversos factores, por ejemplo, tener planes que no se podrían concretar con la maternidad.
- Definitivamente no deseado, ya sea por causas como la pobreza, maltrato y violencia, factores sociales, enfermedades que pueden verse afectadas gravemente por el embarazo, o por patologías que se pueden presentar durante la gestación.

Un embarazo no deseado puede motivar la necesidad de interrumpirlo de manera clandestina, lo que ocasiona un serio problema de salud pública, por el grave riesgo que representa en la salud de la mujer. Anualmente en todo el mundo ocurren aproximadamente 50 millones de abortos inducidos, muchos de ellos en forma insegura por las condiciones de ilegalidad en que se realizan. Estas pésimas condiciones sanitarias provocan infecciones y hemorragias que ocasionan daños en la salud reproductiva de la mujer, como infertilidad posterior, menopausia precoz, e incluso la muerte. Todo ello implica un alto costo económico y social para las familias, los servicios de salud y la comunidad en general.

Isabel Allende dijo en relación al aborto: **“Este es un problema que afecta a casi todos, directa o indirectamente, por lo menos una vez en la vida”**. Muchas veces se convierte en una solución desesperada que tampoco agrada a nadie y que deja cicatrices emocionales y físicas. Generalmente la gente opina sobre el tema sin haber dedicado la debida atención, sin una profunda y amplia reflexión sobre este problema, que lamentablemente se presenta a diario, sobre todo entre las mujeres en situación de vulnerabilidad: pobres, discriminadas y con menos acceso a servicios de salud.

## ¿CÓMO SE DEFINE EL ABORTO?

El aborto es la interrupción de un embarazo por cualquier motivo, sea en forma espontánea o provocada, hasta las 22 semanas de gestación o hasta antes que el producto alcance el medio kilo de peso.

Tanto en los casos de aborto espontáneo, o inducido, debemos prestar atención a signos o síntomas de alarma que indican que algo anda mal en nuestro organismo.

# ¿CÓMO SE REALIZA UN ABORTO?

Existen diferentes técnicas médicas para interrumpir una gestación, “evacuar” o “limpiar” el útero:

## 1. Métodos quirúrgicos:

- Legrado uterino instrumental
- Aspiración dentro del útero por vacío:
  - Eléctrica
  - Aspiración Manual Endouterina (AMEU), que se realiza con una jeringa de aspiración a través de una cánula colocada dentro del útero.

## 2. Con medicamentos:

- Misoprostol

## 4 ¿QUÉ CUIDADOS DEBEMOS TENER DESPUÉS DE UN ABORTO?

En los servicios de salud sexual y reproductiva se recomienda a las mujeres que han tenido un aborto lo siguiente:

- Reposo absoluto o relativo las primeras 24 horas. Durante las siguientes 48 a 72 horas, la actividad puede ser “normal”; es decir, ir al centro de trabajo o universidad, evitando realizar esfuerzos adicionales.

- Preferentemente, **no** realizar ejercicio físico que demande mucho esfuerzo aproximadamente por una semana. En el caso de caminatas, ir al gimnasio, montar bicicleta, entre otras actividades, tratar de realizarlas después de las 72 horas, y lo menos posible.
- Tomar los medicamentos prescritos por el personal de salud en los horarios indicados y durante el tiempo señalado.
- Durante las primeras 72 horas tratar de **no** levantar objetos pesados ni realizar esfuerzos que incrementen la presión en la pared abdominal.
- Tratar de abstenerse sexualmente aproximadamente durante dos semanas como mínimo.
- El mismo día del procedimiento, es posible iniciar un método anticonceptivo, habiendo recibido previamente una orientación/ consejería y seleccionando en forma personalizada el mismo.
- Al reanudar la actividad sexual recomendamos el uso del condón en todas las relaciones, ya sea el masculino –y de ser posible– el femenino, no sólo para evitar el riesgo de embarazo, sino también las infecciones transmitidas sexualmente.
- Asistir a consulta médica en la fecha indicada por el proveedor de salud.

# ¿CUÁLES SON LOS SIGNOS O SEÑALES DE ALARMA DESPUÉS DE UN ABORTO?

Después de una interrupción del embarazo, sea cual fuere el procedimiento, es importante observar los siguientes signos y síntomas, que de presentarse requieren de atención inmediata en un establecimiento de salud:

1. Recordar que el sangrado puede ser como una menstruación normal o en menor cantidad, tipo manchado. Estar alerta si el sangrado es abundante, mayor a una menstruación (más de 7 a 10 días), o si se llega a empapar completamente dos toallas higiénicas en menos de una hora.
2. Si la evacuación uterina se realizó con medicamentos, el sangrado puede durar hasta 10 días. Tanto en el caso de aborto quirúrgico, como en el que se produce a través de medicamentos, la cantidad de sangrado debe ir disminuyendo día a día. Si no es así, acudir de inmediato al servicio de salud.
3. Prestar atención si se presenta dolor tipo cólico, que va aumentando con el paso de las horas y que no cede a pesar de los analgésicos. Esta sintomatología puede deberse a la presencia de algún residuo o sangre retenida dentro del útero (hematómetra), por lo que es importante acudir inmediatamente al establecimiento de salud, donde los proveedores determinarán si es necesario o no de proceder a una re-evacuación. Si no se toma importancia a esta señal de alarma se corre el riesgo de una infección, que incluso puede poner en riesgo la vida.

4. No debe haber aumento de temperatura ni fiebre, pues esto es una clara señal de infección. Si presentara fiebre, hay que tener cuidado si se tomó Misoprostol, porque puede elevar aún más la temperatura.

Se debe recordar que la hormona del embarazo puede ser positiva durante las primeras dos semanas después de haber tenido un aborto.

La mayoría de las mujeres tiene la menstruación entre cuatro y seis semanas después de producida la evacuación.

## ¿QUÉ DEBE HACER EL PERSONAL DE LOS SERVICIOS DE SALUD?

El artículo tercero de la Ley General de Salud dice:

**“TODA PERSONA TIENE DERECHO A RECIBIR, EN CUALQUIER ESTABLECIMIENTO DE SALUD, ATENCIÓN MÉDICO- QUIRÚRGICA DE EMERGENCIA CUANDO LA NECESITE Y MIENTRAS SUBSISTA EL ESTADO DE GRAVE RIESGO PARA SU VIDA O SU SALUD”.**

Es importante saber que si se presentan signos de alarma después de una evacuación o limpieza uterina, debes asistir de inmediato al establecimiento de salud, para una atención de urgencia y así evitar mayores complicaciones

Como primera medida, el personal de salud, realizará una rápida evaluación para determinar las condiciones en las que te encuentras y de acuerdo a ello procederán de inmediato a atenderte.

**ES RESPONSABILIDAD DE LAS INSTITUCIONES DE SALUD ATENDER CASOS DE EMERGENCIA COMO ÉSTE.**



Centro de Promoción y Defensa de los  
Derechos Sexuales y Reproductivos