

CUIDADOS DESPUÉS DE UN **ABORTO** INDUCIDO CON MEDICAMENTOS



Material de apoyo para el acompañamiento del aborto

Ipas
LATINOAMÉRICA
Y EL CARIBE



Este material forma parte de un paquete de publicaciones diseñado para facilitar el acompañamiento a las personas gestantes que enfrentan un embarazo no intencionado (embarazo no planificado y/o no deseado).

El paquete se divide en tres folletos con información relevante sobre la opción de interrumpir el embarazo: antes, durante y después del procedimiento de aborto inducido con medicamentos.

Recomendamos utilizar los tres folletos y compartir la información con quien la necesite.

Además, al final de cada folleto, encontrará referencias a recursos digitales gratuitos, documentos actualizados y herramientas útiles que facilitarán el proceso de acompañamiento al aborto.

Material de apoyo para el acompañamiento del aborto.

3. Después de un aborto inducido con medicamentos.

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

2da ed. Ipas Latinoamérica y el Caribe (Ipas LAC) Septiembre, 2026.

Ipas LAC (Ipas América Latina y el Caribe) promueve la distribución pública, así como la reproducción parcial o total de este documento, siempre que se cite la fuente. En ningún caso se permite el uso comercial de esta obra; su difusión es libre.

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



Después de un aborto inducido con medicamentos

Este folleto contiene información sobre el aborto con medicamentos y los cuidados posteriores al aborto autogestionado. La información de este material será útil si acompañas a alguien que se ha sometido a un aborto con medicamentos o si tú misma te encuentras en esta situación.

Para obtener más información, puedes consultar los folletos 1 y 2, que contienen información útil sobre lo que sucede antes y durante un aborto con medicamentos.

Síntomas posteriores al procedimiento

Es normal experimentar cansancio, náuseas, fiebre, mareos o escalofríos después de tomar la última dosis de misoprostol; estos síntomas suelen desaparecer en un máximo de 24 horas.

Si deseas conocer los síntomas que se presentan inmediatamente después de administrar el misoprostol, consulta la sección “Evolución del proceso de aborto con medicamentos” del material 2: “Durante un aborto inducido con medicamentos”, donde se describen en detalle.



El uso de analgésicos ayuda a mitigar algunas molestias; es importante tenerlos a la mano y usarlos solo durante el procedimiento de aborto.

Los medicamentos recomendados son los Antiinflamatorios No Esteroidales (AINE), como el ibuprofeno.

No se debe usar paracetamol o acetaminofén, a menos que la persona presente alergia o contraindicación a los AINE.



Recuerda que puede haber un sangrado mayor al de la menstruación, acompañado de coágulos; esto es normal debido a la expulsión del contenido uterino. Este sangrado disminuirá con el paso de los días.

En caso de duda o sospecha de que el aborto no se haya completado, será necesario realizar una ecografía transvaginal (una ecografía realizada a través de la vagina para diagnosticar embarazos de manera temprana) para confirmar si el embarazo continúa.



RECUERDA: No es necesario mencionarle al personal del laboratorio o ecografista que se usaron medicamentos para abortar.

También, si decides y el contexto del país o territorio lo permite, puedes acudir a una consulta médica para mayor tranquilidad.

¿Cuándo retomar las actividades cotidianas?



Es posible que después de un aborto se presenten cólicos, sangrado y manchado. Aunque la persona puede necesitar descansar un tiempo, la mayoría retoma sus actividades normales al día siguiente.

Después de un aborto inducido con medicamentos, se pueden tener relaciones sexuales o eróticas tan pronto como la persona se sienta preparada.



Si no se desea un embarazo pronto, es necesario comenzar a usar métodos anticonceptivos, ya que un nuevo embarazo podría ocurrir enseguida.

Retorno a la fertilidad después de un aborto

Para abortos que se realizaron antes de las 13 semanas:

- La ovulación se reanuda dentro de 3 a 4 semanas después, aunque puede ocurrir tan pronto como a los 8 días.
- Al menos el 85 % de las personas ovulan antes de su primera menstruación.

Para abortos que se realizaron después de las 13 semanas:

- Existen datos limitados sobre el retorno de la fertilidad. Sin embargo, el 66 % de las personas ovulan dentro de los 21 días.

Anticoncepción

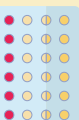
Es recomendable usar un método anticonceptivo, ya que la fertilidad regresa poco después del aborto y un nuevo embarazo podría ocurrir casi de inmediato, incluso una o dos semanas después.

RECUERDA: Existe una amplia gama de métodos anticonceptivos que pueden usarse inmediatamente después del aborto.



IMPORTANTE: Los métodos anticonceptivos hormonales y no hormonales pueden iniciarse de inmediato.

Los métodos hormonales incluyen:



Píldoras.



Parches.

Anillos.



Si una mujer o persona con capacidad de gestar empieza a usar el anillo vaginal inmediatamente, indíquelo que deberá comprobar si lo ha expulsado en caso de que tenga un sangrado residual o abundante durante o después del proceso de aborto médico.



Inyecciones.

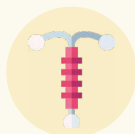


*Implantes
Subdérmicos.*



Estos pueden iniciarse el mismo día que se toma la primera tableta de aborto con medicamentos.

Métodos no hormonales: Estos métodos pueden usarse cuando exista certeza razonable de que la persona ya no está embarazada, si así lo decide deberá acudir a un establecimiento de salud para la adopción del método.



→ Dispositivo intrauterino (DIU).

IMPORTANTE: No debe colocarse un DIU inmediatamente después de un aborto séptico (infectado).



→ Esterilización femenina o masculina.

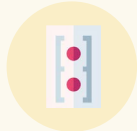


→ **El diafragma o el capuchón cervical** puede empezar a usarse desde la primera relación sexual posterior a un aborto, incluido el aborto séptico. Deberá demorarse su uso seis semanas en los abortos realizados a las 12 semanas de gestación o más tarde. Tras un aborto sin complicaciones ocurrido durante el primer trimestre deberá determinarse de nuevo la medida correcta del diafragma. Tras un aborto ocurrido durante el segundo trimestre, la determinación de la medida correcta

deberá demorarse seis semanas para dar tiempo a que el útero recobre el tamaño normal.



→ **También es posible solicitar la píldora anticonceptiva de emergencia (PAE) o Anticoncepción Oral de Emergencia (AOE);** o el DIU como un anticonceptivo de emergencia pueden utilizarse en el plazo máximo de cinco días (120 horas) desde una relación sexual sin protección para disminuir el riesgo de embarazo.



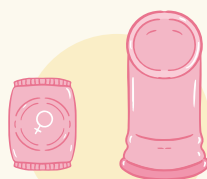
RECUERDA: Estos son métodos de uso ocasional (de emergencia) por lo tanto no deben utilizarse con frecuencia, pues su eficacia puede verse reducida.

Se recomienda que, además del método anticonceptivo regular elegido, en cada relación sexual o coito se utilice condón interno o externo (nunca juntos ya que la fricción provoca que se rompan), para una doble protección:

- Prevención de un embarazo no intencional (no planeado y/o no deseado).
- Prevención de Infecciones de Transmisión Sexual (ITS).



CONDÓN EXTERNO



CONDÓN INTERNO

RECUERDA: Todas las personas, incluidas las adolescentes, deben poder decidir si desean usar un método anticonceptivo y elegir el que mejor se adapte a sus necesidades y preferencias, basándose en información correcta y precisa.

En la mayoría de los países o territorios, los servicios de salud pública proporcionan métodos anticonceptivos gratuitos. También se pueden encontrar en centros de salud privados. Por ejemplo, puede solicitarse la inserción de un implante subdérmico, que es un método altamente eficaz y de larga duración.

Acompañamiento emocional y socialización de la experiencia

No existe evidencia científica de que el aborto cause problemas de salud mental. No existe un “síndrome postaborto”.



Las personas que deciden interrumpir un embarazo pueden experimentar diversas emociones, a menudo asociadas con otras circunstancias que enfrentan en ese momento: la relación de pareja, el apoyo o acompañamiento que reciben de su entorno, o cómo se produjo el embarazo.

La mayoría de las personas que deciden interrumpir un embarazo se sienten aliviadas cuando el proceso termina, especialmente si tienen la oportunidad de hablar sobre ello y sentirse acompañadas.

En la mayoría de los territorios existen organizaciones, grupos, redes y aliados que brindan apoyo o acompañamiento individual o grupal con perspectiva de género.



En muchos casos, este acompañamiento se ofrece de forma virtual.

Las personas con posibilidad de gestar pueden acudir a organizaciones de confianza en su localidad.

Es poco común hablar públicamente sobre nuestras experiencias con el aborto, ya que a menudo se piensa que seremos juzgadas.

Todavía existen muchos prejuicios basados en posturas religiosas, morales, políticas o sexistas, y cuando estos prejuicios se expresan, pueden afectar a quienes comparten sus historias.

Pensar que seremos juzgadas genera silencio, y ese silencio no beneficia ni a quienes interrumpen un embarazo ni a la sociedad en general.

Por eso, es muy importante hablar entre nosotras sobre nuestras experiencias con el aborto; saber que muchas personas han tomado la misma decisión, o que podríamos tomarla en algún momento, y saber que contamos con apoyo.

Vivir cualquier experiencia de vida en soledad no es saludable. Al contrario, hablar sobre nuestras experiencias, incluido el aborto, nos permite reducir los prejuicios y vivir nuestra decisión como un derecho.



Leer experiencias de otras personas que han decidido interrumpir su embarazo puede ser útil.

Te recomendamos consultar los testimonios en la plataforma **FOCOS**: <https://www.focos.org.mx/focos/>

También puedes leer las historias en **El diario del aborto**, en <https://www.theabortiondiary.com/>, y en el blog **Tuve un aborto**, de Mujeres en la Web: <https://www.womenonweb.org/en/page/488/i-had-an-abortion>.

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 puedes utilizar durante el apoyo o acompañamiento y algunos materiales que te recomendamos compartir con las personas gestantes que acompañas.

Sitios web y materiales que puedes consultar y tener como referencia:

Plataformas digitales



Sitio web de **Apoyo a la autogestión
del aborto seguro**, Ipas LAC

<https://abortoseguroencasa.ipasmexico.org/>



Plataforma **No sé si abortar o no**,
Ipas LAC y Sarape Group

<https://nosesiabortarono.org/>



Chatbot Preguntas de aborto con Sofía,

Ipas LAC

<https://preguntasdeaborto.ipasmexico.org/>



Chatbot Te Acompaño, Ipas LAC

<https://saludreproductivaparamigrantes.ipasmexico.org/>

Publicaciones



Conoce los métodos anticonceptivos más comunes, Ipas LAC

<https://ipaslac.org/recurso/conoce-los-metodos-anticonceptivos-mas-comunes/>



8 formas de evitar una camisa de 11 varas,

Ipas LAC

<https://ipaslac.org/recurso/8-formas-de-evitar-una-camisa-de-11-varas/>



Señales de alerta después del uso de misoprostol, Ipas LAC

<https://ipaslac.org/recurso/senales-de-alerta-despues-del-uso-de-misoprostol/>

Blogs



¿Abortar puede dejar consecuencias en mi salud mental?, Ipas LAC

<https://ipaslac.org/abortar-puede-dejar-consecuencias-en-mi-salud-mental/>



Abortar en condiciones seguras no provoca daños a la salud mental, Ipas LAC

<https://ipaslac.org/abortar-en-condiciones-seguras-no-provoca-danos-a-la-salud-mental/>



Métodos anticonceptivos, Ipas LAC

<https://ipaslac.org/metodos-anticonceptivos/>

Otros recursos



Video Aborto seguro con misoprostol, cómo usar estas pastillas para un aborto exitoso, Ipas LAC

https://www.youtube.com/watch?v=BF3C_CUGG-s

Referencias

Organización Mundial de la Salud (OMS), Directrices sobre la atención para el aborto, 2022



Disponible en:

<https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/246cccdc-a4c2-4dcc-8c18-8b11cdb9dd46/content>

Organización Mundial de la Salud (OMS), Manual de práctica clínica para una atención de calidad del aborto, 2023



Disponible en:

<https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/0534ba67-37c7-442f-ac7e-82223663f3f7/content>

Ipas, Actualizaciones clínicas en Salud Reproductiva, 2023



Disponible en:

<https://www.ipas.org/wp-content/uploads/2024/01/Actualizaciones-clinicas-en-salud-reproductiva-CURHS23b.pdf>

3

Este es un documento de creación colectiva. Ipas LAC fomenta la distribución pública, así como la reproducción parcial o total, siempre que se cite la fuente. En ningún caso se podrá utilizar esta obra con fines comerciales; su difusión es gratuita.

La información proporcionada en este material tiene fines informativos y se basa en la evidencia clínica más reciente disponible.