



Profamilia

**TODO LO QUE
DEBES SABER ANTES,
DURANTE Y DESPUÉS
DE UN ABORTO CON
MEDICAMENTOS.**





¿QUÉ ES Y CÓMO PUEDES ACCEDER?

Un aborto con medicamentos es la interrupción del embarazo con una dosis específica de pastillas que puedes realizar de forma segura y efectiva. ¹

El aborto es un derecho que está garantizado por la sentencia C 055 del 2022 y C 355 de 2006, por eso en Colombia tu prestador del servicio de salud deberá garantizarte el acceso.

Para obtener los medicamentos necesitas una prescripción médica. La puedes recibir de manera presencial o por telemedicina y el proceso podrás llevarlo a cabo en el lugar de tu preferencia.

¿Lo puedo hacer en cualquier semana de gestación?

El aborto con medicamentos lo puedes realizar hasta la semana 12 sin la necesidad de acompañamiento por parte del personal de la salud. Después de la semana 12, el acompañamiento del personal de la salud es necesario (OMS, 2022).



¹Según la OMS tiene una eficacia del 96% si cuentas con:

- Información clara y precisa
- Acceso a medicamentos de calidad
- Atención médica, acompañamiento y apoyo en todo el proceso cuando lo necesites o elijas



ANTES

Determina cuántas semanas de embarazo tienes

Es importante que sepas en qué semana de gestación estás. Si tu periodo menstrual es regular (cada 28-30 días sin retraso) y no has tomado anticonceptivos orales, se puede calcular con la fecha de la última menstruación. De lo contrario, el tiempo de embarazo puede ser determinado por un médico con un examen clínico/físico o una ecografía.

Programa tu cita médica

Una vez hayas confirmado que estás en embarazo, sepas la edad gestacional y cumplas con los requisitos² para acceder a un aborto con medicamentos, deberás programar una cita en el médico, sea de forma particular o por tu EPS, esta puede ser presencial o por telemedicina. Recuerda que en Colombia necesitas una prescripción médica para acceder a los medicamentos. Puedes asistir a cualquiera de las 50 clínicas de Profamilia en el país o hacerlo en un lugar cómodo, seguro y tranquilo con Mía, la plataforma para el acceso al aborto en casa, en la que te atenderemos por telemedicina.



²**No tener dispositivo intrauterino** (de ser así debe ser retirado previamente). No presentar ninguna contraindicación (ver cartilla digital escaneando el código QR). No haber intentado interrumpir tu embarazo previamente (de ser así, deberás asistir a una cita presencial).



Elige si quieres pasar tu proceso sola o piensa en quién deseas que te acompañe

En Profamilia creemos que es importante que evalúes la posibilidad de tener acompañamiento antes, durante y después del proceso por parte de tu red de apoyo (tu pareja, familiar, grupo de amistad u otras organizaciones por fuera del sistema de salud) o soporte médico cuando lo necesites o elijas.

¿Qué puedes sentir antes de tomar una decisión?

Pueden surgir sentimientos y emociones diversas antes, durante y después del proceso, es importante reconocerlas, aceptarlas y vivirlas.

Observa cómo se están presentando momento a momento durante el proceso.

Considera compartir cómo te sientes con las personas de tu elección. Esto puede ser un acto de autocuidado.

Ten presente que este es un procedimiento seguro y que la razón por la que tomaste tu decisión es la correcta.



Contáctanos

Profamilia.org.co
Línea Nacional: 300 9124560



318 735 1722

o ingresa a **www.mia.com.co**





Construye un plan que se adapte a ti

- Elige el lugar en que tomarás los medicamentos, en el que tendrás tu recuperación
- Evalúa si quieres que alguien esté a tu lado y quién sería
- **Ten a mano las indicaciones del médico**, los medicamentos y los dispositivos de higiene para controlar el sangrado (te recomendamos usar toallas higiénicas u otro método de absorción externa), ya que no podrás introducir nada antes, durante o después del procedimiento
- Alista los analgésicos para el dolor que te haya recomendado el médico y un termómetro para monitorear tu estado
- Ten cerca números de importancia, incluyendo contactos de emergencia de personas de tu círculo personal, pero también el de servicios de urgencias médicas de tu EPS, el **WhatsApp de MIA* 318 735 1722** y la **línea nacional 300 912 5231**
- Finalmente, recuerda programar un espacio de para poder descansar luego de la ingesta de los medicamentos.





DURANTE

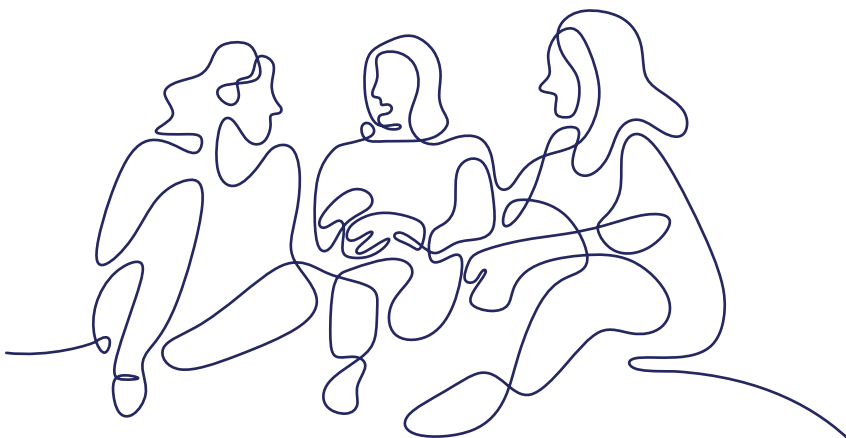
Es el momento de realizar el procedimiento. Debes tener a mano los medicamentos e indicaciones de dosis y tiempos que se encuentren en la prescripción médica. El proceso de aborto con medicamentos dura usualmente entre 3 y 4 días. De no ser así, debes contactar al médico.

¿Qué síntomas puede experimentar?

- Dolor pélvico
- Sangrado vaginal

¿Qué efectos secundarios puedes experimentar?

- Malestar general.
- Náuseas
- Vómito
- Diarrea
- Dolor de cabeza
- Fiebre dentro de las 24 horas siguientes (temperatura mayor a 37,0 °C)
- Escalofríos
- Manchado por algunas semanas después de realizado el procedimiento.



DESPÚES

Una vez el proceso de aborto haya culminado y te sientas con ánimos, puedes retomar tus actividades con normalidad.

Recuerda tener en cuenta:

- **Evita tener relaciones sexuales entre 15 a 20 días.**
- **Lleva registro de tu temperatura**, esto ayudará a que puedas evitar o controlar a tiempo una infección.
- **Asiste si tu lo deseas a tu cita de control postaborto.** En Profamilia se programa entre los 18 y 21 para verificar que el proceso fue correcto, dar asesoría sobre anticoncepción y apoyo psicológico de ser necesario.



¿Cuáles son las recomendaciones de alimentación?

- Hidrátate muy bien e incorpora a tu dieta frutas y vegetales ricos en hierro, como espinaca, hinojo, grosella negra, cerezas, zanahoria, uvas, peras, entre otras.
- Consume algunas infusiones o preparaciones a base de plantas, estas disminuyen o mejoran algunos síntomas asociados con el proceso de aborto, y no deben reemplazar los medicamentos recomendados por el médico. Puedes realizarlas con: boldo, caléndula, canela, lavanda, toronjil, Milenrama, tomatillo, tomillo, valeriana, Verbena Littoralisy hierbas de san Cristóbal.
- Evita alimentos como el café, bebidas energizantes y gaseosas, alimentos muy condimentados y especiados como la canela, el chocolate, el té negro y el mate.

**¡LA DECISIÓN ES TUYA, EN
LO QUE SIGUE TE ACOMPAÑAMOS!**



¿Qué recomendaciones debes tener?

- **Descansa mínimo 24 horas.** Programa un tiempo prudente para que puedas monitorear tu estado y hacer seguimiento del proceso con calma.
- No introduzcas nada para controlar el sangrado, utiliza elementos de higiene externa. Tampones o copas podrás usarlas solamente hasta tu siguiente menstruación.
- No realices duchas vaginales, no nades o tomes baños por inmersión. Tampoco podrás hacer ejercicio o actividades que requieran fuerza.
- No tomes medicamentos que no hayan sido indicados por el médico durante la consulta. Recuerda que si tienes dudas podrás consultar durante todo el proceso por la línea Mía.
- Evita consumir algún tipo de sustancia psicodélica, alcohol o aspirinas, ya que esto puede aumentar el sangrado.
- Ten a la mano los números de teléfono importantes y tus documentos de identidad por si sucede alguna emergencia.
- Alista los elementos adicionales con tiempo: toallas higiénicas, analgésicos indicados, compresas de agua para los cólicos y paños de agua por si aparece fiebre.



¿Cuáles son las señales de alarma?

- **Fiebre 24 horas después de la toma de medicamentos,** o si durante el proceso no puedes controlar la fiebre con medicamentos o compresas.
- **Si tienes dolor abdominal** que no disminuye con la toma de Ibuprofeno o el analgésico que el profesional de la salud haya sugerido.
- **Si tienes sangrado abundante:** que empapes una o dos toallas más de las que usualmente llenas en un ciclo menstrual.
- **Que no presentes ningún sangrado.** El no evacuar puede dar lugar a infecciones internas, por esto es importante tomar todas las dosis indicadas de los medicamentos.
- **Signos de infección vaginal,** esto lo puedes detectar si de tu vagina sale un flujo que sea blanco, amarillo, verde o grisáceo con texturas espumosas o grumosas y con olores fuertes, también puedes presentar sensación de ardor o picazón.
- **En caso de tener alguno de estos síntomas, comunícate con tu médico, el servicio de urgencias de tu EPS o la línea de atención de Mía.**





Profamilia

Global Care
The Global consortium for Abortion
and Reproductive Self-care.



IPPF

International
Planned Parenthood
Federation