

DURANTE EL TRATAMIENTO CON PASTILLAS

MANTENERSE EN MOVIMIENTO AYUDA A QUE FUNCIONE EL TRATAMIENTO

EJERCICIOS ÚTILES:

- Caminar en el lugar.
- Subir y bajar escaleras.
- Sentarse y pararse en una silla.
- Pararse con las piernas abiertas, los pies en línea con los hombros y mover la cadera en círculos.
- Colocar una bolsa con agua caliente en la espalda, sentarse derecha con antebrazos apoyados en el respaldo de la silla.
- Boca abajo, manos y pies apoyados en el piso, levantar y bajar la cola hasta la parte de los tobillos.
- Masaje: sentada, apoyar el puño cerrado en la espalda a la altura de la cola y, haciendo presión, deslizarlo hasta el centro de la espalda.
- Colocar un soplete o una bombilla en un recipiente con agua y soplar haciendo burbujas.
- Soplar una botella vacía y desinflarla.

PARA ALIVIAR LOS SÍNTOMAS SE PUEDE TOMAR:

- **Dolor: Ibuprofeno (400 o 600 mg)**, una hora antes de iniciar el tratamiento y continuar cada 6 u 8 horas, según indicación médica.
- **Náuseas y/o vómitos:** medicamento según indicación médica.
- **También puede ayudar ponerse calor en la panza o en la cintura** (una bolsa de agua caliente o almohadilla térmica o con semillas o botella con agua caliente)



ESTAR JUNTO A ALGUIEN QUE PUEDA ACOMPAÑAR DE MANERA AMOROSA.

- Realizar duchas con vapor denso.
- Mantener el ambiente calentito.
- Poner música.
- Durante el tiempo que dura el tratamiento es importante estar en un lugar lo más cómodo posible y organizarse para no tener obligaciones.

ESTAR HIDRATADA

Tomar líquidos (natural o tibia) de a pequeños sorbos.

SE PUEDE COMER LIVIANO, VER CÓMO SIENTA LO QUE SE COME.

Reforzar la alimentación con alimentos que contengan hierro (como lentejas, verduras de hoja verde) y cítricos.

PARA TENER EN CUENTA

- Si se vomita después de la media hora de absorción, no hay problema.
- Se puede comer y tomar líquidos durante el proceso.
- Si se está amamantando, se sugiere no dar la teta hasta 5 horas después de la última dosis de misoprostol. Sacarse y desechar la leche antes de retomar la lactancia.

¿QUÉ DEBERÍA PASAR CON EL USO DE LA MEDICACIÓN?

- La medicación provoca contracciones, así que se pueden sentir dolores parecidos o más fuertes a los menstruales. Puede haber sangrado abundante y coágulos. Y se debe producir la expulsión del saco gestacional.
- Además, es común que el tratamiento con misoprostol produzca efectos secundarios que pueden ser molestos y que no deben generar alarma si aparecen dentro las 24 horas de iniciado el tratamiento:
 - Dolor abdominal
 - Escalofríos
 - Náuseas
 - Vómitos
 - Cólicos
 - Diarrea
 - Fiebre mientras dure el proceso

- **En el momento en que comienza el sangrado controlar lo que se expulsa: o coágulos, se disuelven (desarman) en el agua o saco, no se disuelve en el agua, es de un color más rosado, de consistencia gelatinosa o parecida a un algodón.**
- **Cuando haya contracciones sentarse en el bidet o en una palangana.**
- **Para orinar o hacer caca, hacerlo a parte.**

TAMAÑO SEGÚN LAS SEMANAS DE GESTACIÓN:

Menos de 1 cm - como una semilla de manzana

1 cm - como una semilla de naranja

4 cm - como una uva

7 cm - como una frutilla mediana

9 cm - como un higo



• **4 a 6 semanas** desde el primer día de la fecha de la última menstruación (FUM)

• **7 a 8 semanas** desde la FUM

• **9 a 10 semanas** desde la FUM

• **10 a 11 semanas** desde la FUM

• **11 a 12 semanas** desde la FUM

DESPUÉS DEL TRATAMIENTO CON PASTILLAS

Se continúa con un sangrado que va disminuyendo y puede durar varios días incluso hasta la próxima menstruación.

Mientras dura ese sangrado es muy importante no introducir nada en la vagina (no usar tampones, ni copa menstrual, ni óvulos; no realizar duchas vaginales, ni darse baños de inmersión; no realizar prácticas sexuales con penetración vaginal).

Si, en los días posteriores al tratamiento con pastillas, aparecen los siguientes síntomas es importante consultar en el centro de salud o en la guardia de un hospital

- **Fiebre** (mayor a 38° tomada con termómetro en la axila) un día después del tratamiento.
- **Dolor abdominal fuerte**, que no mejora después de tomar analgésicos.
- **Olor muy feo en el sangrado**, diferente al de la menstruación.
- **Sangrado abundante** que empapa completamente 4 toallitas (apósitos) en 2 hs. seguidas.
- **Sangrado continuo** durante varias semanas con la aparición de mareos.

CONTROLES POSTERIORES A LA INTERRUPCIÓN DEL EMBARAZO

Es muy importante que realices los controles que se piden para cuidar tu salud.

- Tendrás un turno médico para un control clínico y resolver la provisión de un método anticonceptivo. Si se quiere evitar un nuevo embarazo es necesario empezar a usar un método anticonceptivo lo antes posible, ya que la fertilidad se puede recuperar 7 a 10 días después del tratamiento.
- Puede solicitarse una ecografía para verificar que el aborto se haya producido, no siempre es necesario.
- El test de embarazo no se debe utilizar para verificar si se produjo el aborto porque sigue dando positivo durante varias semanas.

Programa Municipal de SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA

Lunes a Viernes | 8:30 a 13:30hs
Servicio Municipal Territorial N° 4 - Beruti 4100
Tel. 02284 - 416928 | @ pmsyr.olavarria

Contactate con las trabajadoras
del Programa Municipal de
Salud Sexual y Reproductiva:



Yanina: 2284648889
Griselda: 2284308298

INTERRUPCIÓN VOLUNTARIA DEL EMBARAZO (IVE)

TRATAMIENTO FARMACOLÓGICO AMBULATORIO



- Una de las formas seguras de interrumpir un embarazo es con el uso de medicamentos. En Argentina se usa el misoprostol (pastillas). Con la información y las indicaciones brindadas por el equipo de salud se puede usar de manera ambulatoria en el domicilio hasta las 12 semanas de gestación. En estos casos, la eficacia es entre 85% y 90%.

SON TRES PASOS

- 1 Colocar 4 pastillas debajo de la lengua y mantenerlas ahí durante media hora. Si luego de la media hora no se disolvieron totalmente, tragar lo que queda con un poco de agua.
- 2 3 horas después, colocar otras 4 pastillas debajo de la lengua y mantenerlas ahí durante media hora.
- 3 Por último, 3 horas después, colocar otras 4 pastillas debajo de la lengua y mantenerlas ahí durante media hora.



Por ejemplo, si se inicia el tratamiento a las 9 de la mañana la segunda dosis será a las 12 hs. y la última las 15 hs.



Programa Municipal de
SALUD SEXUAL Y
REPRODUCTIVA



OLAVARRÍA
MUNICIPIO