

COMO FAZER UM ABORTO COM PÍLULAS

Este guia ajuda as mulheres a saber se podem usar pílulas de aborto para interromper a gravidez, como usar pílulas de aborto e como saber se funcionaram.



Acho que estou grávida. Posso utilizar pílulas de aborto?

Este guia é mais útil se você souber que está grávida. Se não tiver certeza de que está grávida, pode saber fazendo um teste de gravidez ou fazendo ecografia. Você pode saber que está grávida se tiver sintomas comuns de gravidez, como ausência de período menstrual (menstruação), seios doloridos, náuseas (com ou sem vômitos), micção frequente e sensação de cansaço.



Se tiver certeza de que está grávida, siga estes passos:

- 1 Identifique o primeiro dia da sua última menstruação.** Isso ajudará a saber quantas semanas de gravidez tem. Se não conseguir se lembrar da data exacta, pode dar o seu melhor palpite (fazer sua estimativa). Pense em eventos especiais, feriados ou qualquer coisa incomum, diferente ou importante que possa ter acontecido na última vez que teve sua menstruação.
- 2 Saiba quantas semanas de gravidez tem.** Esta informação guiará como você usa pílulas de aborto. Pode usar uma calculadora de gravidez **online** ([safe2choose.org](https://www.safe2choose.org) tem uma boa) ou um aplicativo móvel. Também pode contar num calendário o número de semanas entre o primeiro dia da sua última menstruação e a data de hoje.
- 3 Encontre a orientação certa para si abaixo com base em quantas semanas de gravidez tem.**

MENOS DE 10 SEMANAS

O aborto com pílulas é provavelmente uma boa opção para si, mas, por favor, reveja a secção “Condições a considerar” para ter certeza de que as pílulas são certas para si.

10–12 SEMANAS

Você pode usar pílulas de aborto, mas poderá precisar de uma dose extra de 1-2 de misoprostol. Pode ser mais seguro para si usar pílulas de aborto com a ajuda de um profissional de saúde qualificado. Certifique-se de rever a secção “Condições a considerar” para ter certeza de que as pílulas são adequadas para si.

MAIS DE 12 SEMANAS

Este guia não fornece orientação para gestações além de 12 semanas. As pílulas de aborto funcionam em qualquer fase da gravidez, mas nesta fase, o aborto será mais seguro com a ajuda de um provedor de saúde formado. Para evitar complicações sérias, mas raras, as doses para a gravidez após 12 semanas são geralmente menores (apenas duas pílulas de misoprostol, ou 400 mcg, de cada vez) com muito mais doses repetidas necessárias.

Condições a considerar

Antes de usar pílulas de aborto, certifique-se de não ter QUALQUER das seguintes condições:

- Uma doença ou condição grave—como uma condição cardíaca, anemia grave, disfunções hemorrágicas, distúrbio de coagulação sanguínea ou insuficiência adrenal e.
- Um dispositivo intra-uterino (DIU), como um T ou bobina de cobre. (Se estiver a usar, o DIU deve ser removido antes de usar pílulas de aborto.)
- Qualquer dor ou hemorragia neste momento. (Se não estiver a tomar as pílulas de aborto neste momento, lembre-se de pensar sobre isto no dia em que tomar as pílulas).
- Alergia conhecida aos medicamentos utilizados para o aborto com pílulas (mifepristona e misoprostol).

Se tiver uma das condições acima, ainda poderá utilizar pílulas de aborto, mas deverá ter a orientação de um provedor de saúde formado.

Tem gravidez de menos de 12 semanas?

Tem NENHUMA das condições listadas acima?

Então o aborto com pílulas é uma boa opção para si.

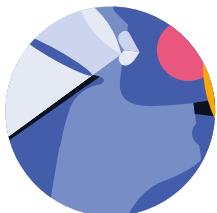
Como devo tomar pílulas de aborto?



Um aborto com pílulas utiliza uma combinação dos medicamentos mifepristona e misoprostol. Se mifepristona não estiver disponível, misoprostol também pode ser utilizado sozinho. Sem mifepristona, precisará tomar mais comprimidos de misoprostol, o processo tende a ser mais longo e poderá ter mais efeitos colaterais.

Se você estiver a utilizar MIFEPRISTONA e MISOPROSTOL

- 1 Mifepristona:**
Tome 200 mg de mifepristona com água.



- 2 Espere 1–2 dias**



- 3 Misoprostol:**
Coloque 4 pílulas de misoprostol (200 mcg cada um, portanto, 800 mcg no total) ou debaixo da sua língua ou entre sua bochecha e gengivas (2 pílulas de cada lado da sua boca por 30 minutos. Depois de 30 minutos, engula quaisquer restos de pílulas com água.*

Debaixo da língua



OU

Na bochecha



* Se estiver com 10 a 12 semanas de gravidez, poderá ser necessário tomar 1 ou 2 doses extra de misoprostol para finalizar o processo. Para reduzir a dor e as cólicas, pode tomar ibuprofeno antes ou logo depois de tomar as 4 pílulas de misoprostol.

Se você estiver a utilizar MISOPROSTOL SOZINHO

- 1** Coloque 4 pílulas de misoprostol (200 mcg cada, portanto 800 mcg no total) debaixo da língua ou entre a bochecha e a gengiva (2 pílulas em cada lado da boca) durante 30 minutos. Após 30 minutos, engula quaisquer restos de pílulas com água.

Debaixo da língua

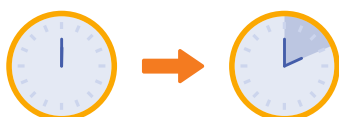


OU

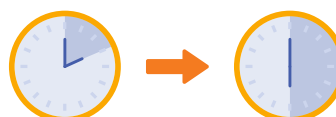
Na bochecha



- 2** Espere 3 horas e depois repita o passo 1.



- 3** Espere mais 3 horas e depois repita o passo 1. No total, tomará 12 pílulas do início ao fim.*

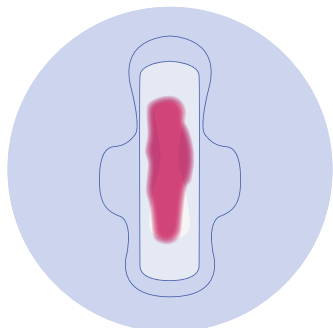


* Para reduzir a dor e as cólicas, pode tomar ibuprofeno antes ou logo após ter tomado as 4 pílulas de misoprostol.

O que acontecerá quando eu tomar as pílulas?

As pílulas podem causar sangramento e cólicas, e poderá ver coágulos. O seu sangramento pode ser superior ao seu período menstrual normal. Cada mulher terá um sangramento e cólicas diferentes.

Sangramento



Cólicas



Poderá ter efeitos colaterais

Quando ocorrem efeitos colaterais, a maioria desaparece em poucas horas. Se algum efeito colateral durar mais do que um dia, dirija-se ao profissional de saúde mais próximo.

Vômitos



Dor de cabeça



Febre/Calafrios



Diarreia





Quando devo procurar ajuda?

Se tiver algum dos seguintes sintomas, consulte um profissional de saúde para receber cuidados adicionais:

- Hemorragia intensa ou encharcamento de mais de 2 absorventes higiênicos por hora durante 2 horas seguidas, especialmente se sentir tonturas ou sensação de desmaio e cada vez mais cansaço.
- Corrimento vaginal não habitual ou com mau cheiro, especialmente se também tiver cólicas intensas ou dores abdominais.
- Qualquer um dos seguintes depois de ter tomado as 4 pílulas de misoprostol:
 - o Febre
 - o Dores de barriga fortes
 - o Sentir-se muito doente com ou sem febre
 - o Náuseas persistentes graves ou vômitos

Como saberei se as pílulas funcionaram?

Se teve sangramento e cólicas e já não se sente grávida, provavelmente o medicamento funcionou.

Se não tiver sangramento ou se tiver pouco sangramento dentro de 4-5 dias após ter tomado as 4 pílulas, isso pode significar que os medicamentos não funcionaram e que ainda está grávida. Para ter a certeza, dirija-se ao profissional de saúde mais próximo para obter mais ajuda.

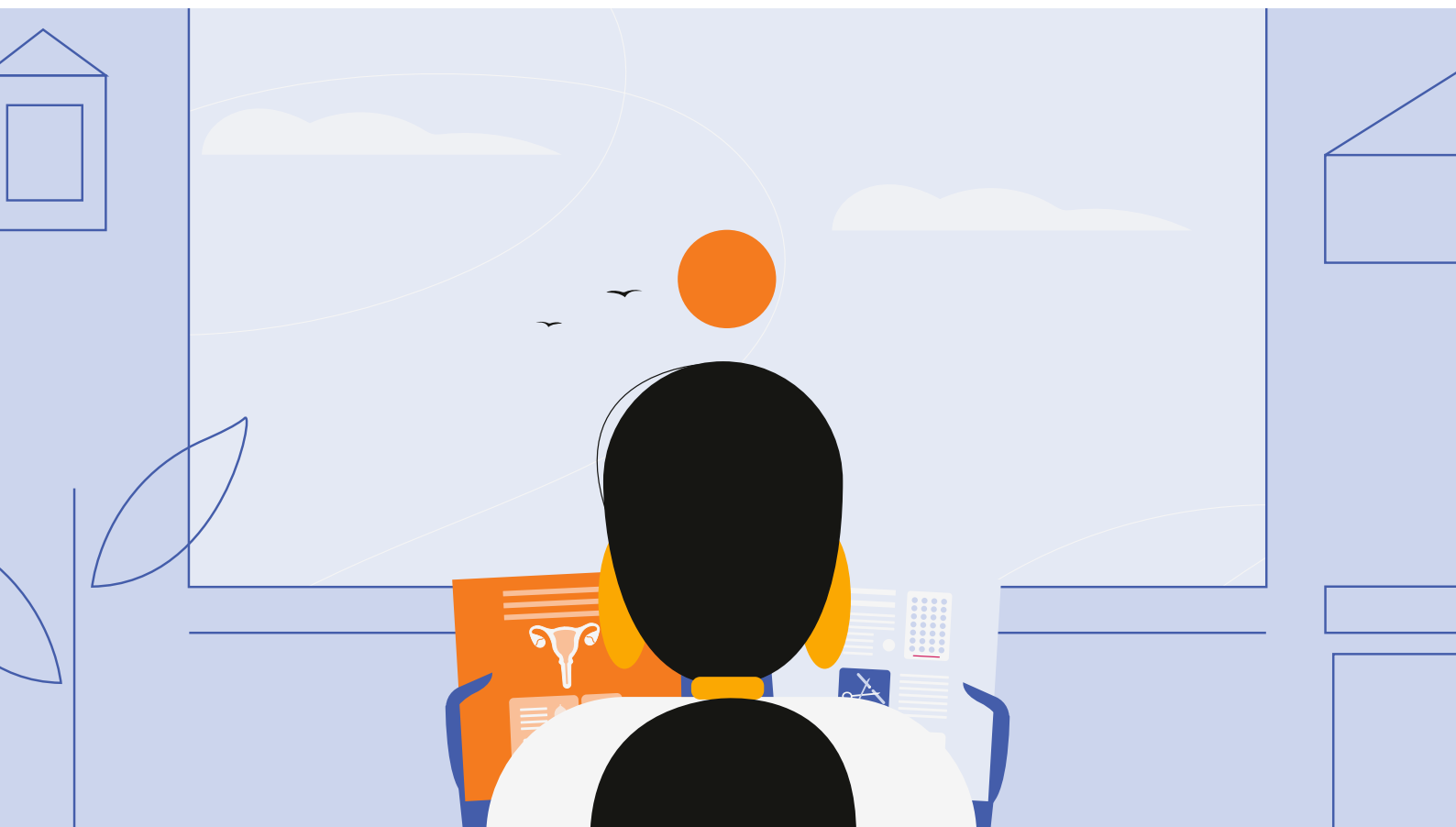
Responder a estas perguntas pode ajudá-la a sentir-se confiante de que o seu aborto está completo ou ajudá-la a decidir a fazer acompanhamento com um profissional de saúde formado:

- Teve cólicas depois de ter tomado as pílulas de aborto?
- Teve sangramento depois de ter tomado as pílulas de aborto?
- Passou tecidos ou viu coágulos de sangue depois de ter tomado as pílulas de aborto?
- Algum sintoma de gravidez que teve antes de tomar as pílulas desapareceu depois de tomar as pílulas de aborto?

Se respondeu “sim” à maioria destas perguntas, é provável que o seu aborto foi bem-sucedido.

Se respondeu “não” a qualquer uma destas perguntas, queira procurar cuidados de acompanhamento com um provedor de aborto formado. É importante certificar-se de que o seu aborto está completo.

Importante: Se disse sim às quatro perguntas acima, mas quer confirmar com um teste de gravidez que as pílulas funcionaram, espere até quatro semanas depois de tomar as pílulas de aborto. Um teste de gravidez pode ainda ter um resultado positivo por até quatro semanas após um aborto.



Quando posso voltar a ter relações sexuais?

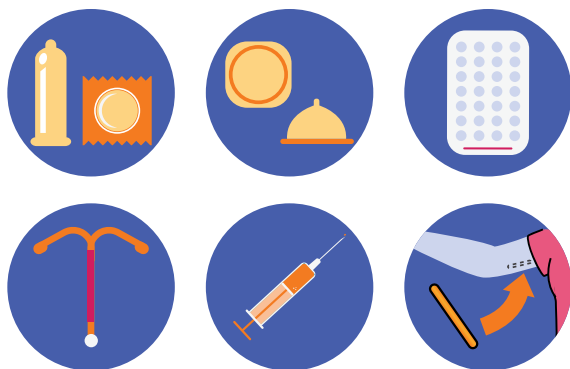
Pode ter relações sexuais assim que quiser.

Quando poderei engravidar novamente?

Pode engravidar novamente passados 8 dias após o aborto.

Como NÃO posso engravidar?

Se não quiser engravidar, use contracepção. Fale com um profissional de saúde sobre contracepção. Pode iniciar a maioria dos métodos ao mesmo tempo que toma as pílulas de aborto.





À procura de mais informações?

Ipas fornece informações fiáveis e baseadas em evidências sobre como auto-administrar com segurança um aborto utilizando comprimidos—e nós fornecemos ligações a outras organizações de confiança e aplicações móveis:

www.ipas.org/AbortoComPílulas.

Ipas

P.O. Box 9990 | Chapel Hill, NC 27515 USA | 1.919.967.7052 | www.ipas.org | ContactUs@ipas.org

Canada