



# Guía de información

## Interrupción voluntaria del embarazo



Clinique des femmes  
de l'Outaouais

228, boul. St-Joseph, local 201,  
Gatineau (Québec) J8Y 3X4  
Tel : 819-778-2055  
[www.cliniquedesfemmes.com](http://www.cliniquedesfemmes.com)





# TABLA DE CONTENIDO

# 1

## **INTRODUCCION**

página 4

# 2

## **SOBRE LA CLÍNICA DE LA MUJER**

página 5

# 3

## **ETAPAS DE LA INTERVENCIÓN**

página 6

- 3.1 Encuentro para la preparación
- 3.2 Día de la intervención

# 4

## **RIESGOS Y POSIBLES COMPLICACIONES**

página 10

# 5

## **DESPUÉS DEL PROCEDIMIENTO**

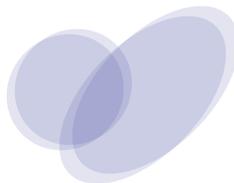
página 12

- 5.1 Cuidados en casa
- 5.2 Prevención de infección
- 5.3 Que hacer en caso de sangrado
- 5.4 Cólicos
- 5.5 Cambios hormonales
- 5.6 Síntomas de embarazo
- 5.7 Sigüientes menstruaciones
- 5.8 Visita de control
- 5.9 Problemas que pueden presentarse
- 5.10 Cuidados propios

# 6

## **EL DÍA DEL PROCEDIMIENTO**

página 20



Para contactarse con la clínica de la mujer, comunicarse al 819-778-2055 de lunes a jueves 8AM a 4PM y el viernes de 8AM a 3PM. Si tiene alguna inquietud de tipo médico en un horario diferente, favor comunicarse a la línea de Info- santé (811 opción 1).



## INTRODUCCION

Usted ha decidido interrumpir su embarazo. Es su elección y su derecho. El aborto es legal en Canadá desde 1988. Para algunas personas esta es una decisión fácil de tomar, para otras sin embargo es más difícil.

En todo caso, sepa que su elección será respetada por todo el personal de la clínica y usted será tratada con amabilidad, comprensión y de manera competente.

Nuestro papel es procurar a usted una interrupción del embarazo con las mejores condiciones posibles, tanto del plan médico como del plan humano. Todo su proceso será completamente confidencial.

Utilizamos el acompañamiento en la mayoría de nuestras interacciones para hacer la relación más calurosa e igualitaria. Nosotros le llamaremos por su nombre en la sala de espera y en la sala de procedimientos.

Si usted desea que se le llame de manera diferente, por favor avise a la recepcionista.

Ofrecemos la interrupción del embarazo quirúrgica y con medicamentos. Ud recibió esta guía porque eligió el método quirúrgico o porque el equipo médico le recomendó este método.

Esta guía tiene como objetivo darle la información que necesita para prepararse adecuadamente para su aborto. Por favor guárdela para referencia futura en caso de dudas acerca de lo que es normal o no después de la intervención. Una versión completa del folleto también está disponible en línea en el sitio web:  
[www.cliniquedesfemmes.com](http://www.cliniquedesfemmes.com).

Si usted tiene dudas o inquietudes, preferimos que llame primero a la Clínica de la mujer, ya que el aborto es nuestra especialidad.

Estamos allí con usted en cada etapa de su proceso desde su toma de decisión, antes, durante y después de la intervención. Recuerde: si tiene inquietudes no dude en llamarnos.

Para contactarse con la clínica de la mujer, comunicarse al 819-778-2055 de lunes a jueves 8AM a 4PM y el viernes de 8AM a 3PM. Si tiene alguna inquietud de tipo médico en un horario diferente, favor comunicarse a la línea de Info- santé (811 opción 1).



## SOBRE LA CLÍNICA DE LA MUJER

La Clinique des femmes de l'Outaouais es un organismo feminista sin ánimo de lucro fundado en 1981. Proporciona servicios de salud en planificación familiar, incluido el aborto y la anticoncepción.

Ofrecemos una amplia gama de servicios en atención, información, sensibilización, educación y referencia. Trabajamos con organismos de salud y comunitarios para garantizar una continuidad de los servicios de salud sexual y reproductiva.

Además defendemos el derecho a la libre elección, ejerciendo un rol de vigilancia en materia política y consultando con organizaciones que comparten objetivos similares.

Estamos comprometidas a crear un entorno seguro e inclusivo para todas las personas que podrían beneficiarse de nuestros servicios.

Nuestra filosofía de intervención se basa en cuatro principios fundamentales:

- Acoger y dar la bienvenida incondicional a todas las personas, reconociendo y respetando su realidad.
- Apoyar a las personas en su elección y su proceso.
- Garantizar la accesibilidad de nuestros servicios a todas.
- Adaptar nuestros servicios y herramientas de trabajo a las necesidades de cada una.

Además de los servicios de aborto, ofrecemos servicios de legado para abortos espontáneos, anticoncepción, inserción de DIU o implantes anticonceptivos, consultas de menopausia e intervenciones medicosociales para víctimas de agresión sexual que no requieren kits de recolección de pruebas forenses.

Para contactarse con la clínica de la mujer, comunicarse al 819-778-2055 de lunes a jueves 8AM a 4PM y el viernes de 8AM a 3PM. Si tiene alguna inquietud de tipo médico en un horario diferente, favor comunicarse a la línea de Info- santé (811 opción 1).



Dos encuentros son necesarios antes de la intervención:

### **3.1 Encuentro preparatorio**

Al momento de esta primera visita, usted encontrará una enfermera que completará su historia clínica y realizará una ecografía para evaluar la edad de su embarazo. No es necesario beber y tener la vejiga llena al momento de la ecografía. La imagen y el resultado de la ecografía no puede ser entregada el día de esta cita ya que este debe ser firmado por el médico. Es posible que la enfermera deba realizar un análisis de sangre.

Inicialmente la enfermera le atenderá sola para asegurar que la decisión de interrumpir el embarazo es suya y realizar la ecografía. Poco más tarde y si es su deseo, su acompañante puede asistir al resto o una parte de su reunión.

Esta primera visita tiene una duración aproximada de 45 minutos. La enfermera le explicará el desarrollo de la interrupción del embarazo, así como los riesgos asociados a este procedimiento. Usted tendrá la oportunidad de discutir sobre un método de contracepción si así lo desea.

Esta es para muchas la oportunidad de confiar en una persona atenta y neutra. No dude en preguntar o discutir sus inquietudes con nosotros. Todas las preguntas son válidas.

Usted se familiarizará además con las instalaciones y con nuestro personal, así estará más tranquila el día de la intervención.

Para contactarse con la clínica de la mujer, comunicarse al 819-778-2055 de lunes a jueves 8AM a 4PM y el viernes de 8AM a 3PM. Si tiene alguna inquietud de tipo médico en un horario diferente, favor comunicarse a la línea de Info- santé (811 opción 1).

Si cursa con un embarazo mayor a 12 semanas, será necesaria la preparación del cuello uterino con barras laminares o comprimidos de misoprostol. Esto puede agregar una cita adicional la mañana del procedimiento.

Si usted se siente insegura, con sentimientos ambiguos o si sólo tiene la necesidad de hablar con alguien acerca de su decisión, usted puede solicitar una cita con nuestra consejera psicosocial.

### **3.2 Día de la intervención**

Prepárese para una visita a la clínica con una duración entre 1 y 2 horas. Usted puede tomar una comida ligera hasta 3 horas antes del procedimiento. Puede beber agua, jugo de manzana, té negro o café negro hasta la hora de su cita.

Debe ir acompañada el día del procedimiento. Sin embargo, su acompañante permanecerá en la sala de espera hasta el momento en el que usted salga la clínica. Con la finalidad de respetar las normas médicas y la confidencialidad, la persona acompañante no puede estar presente ni en la sala de procedimientos ni en la sala de recuperación.

Una enfermera estará con usted todo el tiempo para cuidarle, ayudarle a relajarse y para explicarle todo lo que pase con respecto a su proceso.

Antes de la intervención, la enfermera verificará su historia clínica. Ella le explicará y le pedirá que firme un formulario de consentimiento y luego le dará dos pastillas de antibióticos y dos pastillas de antiinflamatorio. Ella le ayudará a instalarse sobre la mesa de examen, tomara una ecografía y su tensión arterial. Le instalará también un acceso venoso con el cual usted permanecerá hasta su salida.

Enseguida, usted conocerá al profesional médico que realizará el procedimiento y tendrá la oportunidad de hacer preguntas y/o solicitar una prescripción sobre algún método anticonceptivo.

Recibirá dos medicamentos intravenosos. Estos son empleados para manejo del dolor y como relajantes. A causa del efecto de estos medicamentos, procure no quedar sola en casa con niños chiquitos.

Para contactarse con la clínica de la mujer, comunicarse al 819-778-2055 de lunes a jueves 8AM a 4PM y el viernes de 8AM a 3PM. Si tiene alguna inquietud de tipo médico en un horario diferente, favor comunicarse a la línea de Info- santé (811 opción 1).



No conduzca ningún tipo de vehículo ni firme documentos importantes dentro de las 24 horas siguientes al procedimiento.

La intervención tiene una duración aproximada de 10 minutos. El médico inicialmente le realizará un examen ginecológico para valorar la posición y el tamaño de su útero. Seguido, introducirá un espéculo para separar suavemente las paredes vaginales y permitir visibilidad del cuello uterino.

El médico tomará una muestra para detectar Clamidia y/o gonorrea, dos infecciones de transmisión sexual. Nosotros no realizamos test de detección de otras infecciones de transmisión sexual tales como el VIH, hepatitis, etc.

El médico procederá entonces con la anestesia local en el cuello del útero mediante la inyección de lidocaína. Sentirá una ligera sensación de pellizco.

Enseguida se realiza la dilatación gradual del cuello uterino. Usted puede tener la sensación de cólicos similares a los cólicos menstruales, esto será de corta duración y calmará rápidamente con la medicación.

Inicia la aspiración del contenido del útero y se realizará un curetaje según la técnica realizada.

En este momento termina la intervención. Usted ya no está embarazada. Si lo desea, el médico colocará en ese instante un implante o un dispositivo intrauterino.

Para contactarse con la clínica de la mujer, comunicarse al 819-778-2055 de lunes a jueves 8AM a 4PM y el viernes de 8AM a 3PM. Si tiene alguna inquietud de tipo médico en un horario diferente, favor comunicarse a la línea de Info- santé (811 opción 1).



Si tiene más de 12 semanas de embarazo y su grupo sanguíneo es de tipo negativo, será administrada una inyección con el fin de evitar problemas en próximos embarazos. Se encuentra disponible un documento informativo sobre inmunoglobulinas anti-D humanas para ampliar la información sobre este tema.

Todo nuestro instrumental es estéril. El riesgo de contaminación de una paciente a la otra es mínimo.

### **Sala de recuperación**

Usted podrá levantarse y caminar hasta la sala de recuperación y descanso donde puede esperar sentada o acostada. Una enfermera realizará la vigilancia clínica y verá por su confort. Podrá comer o beber.

Debe permanecer en la sala de recuperación aproximadamente 30 minutos antes de abandonar la clínica. En este momento su acompañante se ocupará de usted.

Usted puede reanudar sus actividades regulares al día siguiente. Si usted realiza un trabajo físicamente exigente, se recomienda tomar un día libre extra.

El médico puede darle una nota justificativa por un máximo de tres días.

Para contactarse con la clínica de la mujer, comunicarse al 819-778-2055 de lunes a jueves 8AM a 4PM y el viernes de 8AM a 3PM. Si tiene alguna inquietud de tipo médico en un horario diferente, favor comunicarse a la línea de Info- santé (811 opción 1).



## RIESGOS Y POSIBLES COMPLICACIONES

Utilizamos una técnica reconocida como la más segura. Sin embargo, como todas las intervenciones médicas o con medicamentos, hay potenciales complicaciones.

Las complicaciones que rodean al aborto son muy raras, y generalmente fáciles de tratar. Nosotros le informamos de estos riesgos por razones legales, para que pueda firmar un consentimiento informado, como en cualquier intervención médica. Aquí están las complicaciones que puedan surgir, descritas desde la más frecuente a la menos frecuente:

### **Retención y aborto incompleto**

Es posible que membranas o tejidos placentarios permanezcan en el útero después del procedimiento independiente de la calidad del procedimiento médico. Este fenómeno es llamado retención.

También en muy raras ocasiones el embarazo continúe después del procedimiento. Si tiene inquietudes no dude en comunicarse con nosotros. Puede hacer una prueba de embarazo en orina 5 semanas después del procedimiento.

### **Infección:**

A pesar de las precauciones, algunas mujeres pueden presentar espontáneamente una infección uterina o de las trompas. Si usted presenta algún signo de infección como fiebre, cólico abdominal o flujo vaginal de aspecto u olor fétidos, llámenos o consulte a su médico. Una infección tratada a tiempo con antibióticos no deja habitualmente ninguna secuela.

### **Hemorragias :**

Es poco probable la presencia de hemorragia durante el procedimiento mediante el método de aspiración.

Para contactarse con la clínica de la mujer, comunicarse al 819-778-2055 de lunes a jueves 8AM a 4PM y el viernes de 8AM a 3PM. Si tiene alguna inquietud de tipo médico en un horario diferente, favor comunicarse a la línea de Info- santé (811 opción 1).

En caso que esto se presente, nosotros contamos con los medicamentos para controlar rápidamente todo sangrado anormal. En los días siguientes, si llena totalmente una toalla sanitaria super absorbente en 30 minutos durante 3 horas continuas, diríjase inmediatamente al centro de urgencias más cercano.

### **Daño al útero o al cuello uterino :**

Los daños al útero o al cuello uterino tales como perforaciones laceraciones, son raras y generalmente no traen mayores consecuencias. Puede ser necesaria la observación clínica en medio hospitalario. Generalmente, la recuperación de esta complicación se presenta espontáneamente sin intervención quirúrgica.

### **Alergia a los medicamentos :**

Usted debe informarnos de toda alergia o intolerancia a medicamentos que presente. Nosotros le indagaremos al respecto. Existe el riesgo de alergias a los productos farmacéuticos que utilizamos, al igual que cualquier medicamento distribuido en las farmacias. Nosotros seremos capaces de intervenir en caso de la presencia de alguna reacción alérgica.

### **Peligro de Infertilidad :**

Una complicación no tratada podría ocasionar problemas de fertilidad. Hoy en día el peligro es mínimo. Sin embargo, permanezca vigilante a todo signo de infección.

Un aborto realizado en condiciones de seguridad por un médico entrenado, tiene un riesgo infinitesimal de muerte.

Nosotros no tomaremos ningún riesgo con su salud o su seguridad. Por esta razón algunas mujeres con problemas o antecedentes de salud particulares deben ser referidas a medio hospitalario para realizar el aborto.

Para cualquier pregunta e inquietud no dude en llamarnos.

Para contactarse con la clínica de la mujer, comunicarse al 819-778-2055 de lunes a jueves 8AM a 4PM y el viernes de 8AM a 3PM. Si tiene alguna inquietud de tipo médico en un horario diferente, favor comunicarse a la línea de Info- santé (811 opción 1).



## DESPUÉS DEL PROCEDIMIENTO

### 5.1 Consejos

De regreso a casa:

- Coma a su gusto y beba abundante agua o líquidos.
- Usted puede retomar sus actividades cotidianas al día siguiente.
- Evite la actividad física intensa durante una semana.
- Tome momentos de descanso si usted siente la necesidad de hacerlo.
- No consuma alcohol, narcóticos o drogas durante las 48 horas siguientes al procedimiento para evitar así cualquier reacción con los medicamentos empleados.

### 5.2 Prevención de infecciones

Si usted adquiere una infección, esto sería en los días siguientes a la intervención.

Por un periodo de 7 días y con el fin de reducir el riesgo de infección:

- No introduzca nada en su vagina :
  - No sostenga relaciones sexuales con penetración
  - No utilice tampones ni guardianes
  - No utilice vibradores
  - No utilice duchas vaginales ni desodorantes vaginales.
- Utilice únicamente toallas higiénicas.
- No practique la natación (ni en piscinas, lagos o en el mar)
- No utilice el jacuzzi o el spa.
- Usted puede tomar duchas habituales sola, en casa.

Para contactarse con la clínica de la mujer, comunicarse al 819-778-2055 de lunes a jueves 8AM a 4PM y el viernes de 8AM a 3PM. Si tiene alguna inquietud de tipo médico en un horario diferente, favor comunicarse a la línea de Info- santé (811 opción 1).

### 5.3 En caso de sangrado

El sangrado puede variar de una mujer a otra o de una intervención a otra en la misma mujer.

- Esto puede presentarse después de la intervención o dentro de los 3 o 4 días siguientes.
- Pueden ser abundantes durante los primeros días y durar hasta 3 o 4 semanas, raramente duran más tiempo.
- Pueden ser intermitentes.
- Pueden contener coágulos y ser de color rojo o marrón.
- Pueden ser abundantes al levantarse en la mañana al ir al baño o al realizar alguna actividad física fuerte.
- Los sangrados abundantes pueden presentarse tras la actividad física intensa, el levantamiento de cargas pesadas, el consumo de alcohol o drogas y/o la toma de medicamentos que contengan sustancias como el ácido acetil salicílico como la aspirina y el midol.

- Las mujeres que utilizan tampones pueden tener la impresión que presentan mayor sangrado al utilizar una toalla sanitaria.
- Algunas mujeres no presentan ningún sangrado.

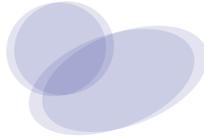
Si usted tiene inquietudes, por favor llámenos.

### 5.4 Cólicos

Es normal sentir cólicos después de un aborto. Algunas mujeres se preocupan por que jamás han sentido esta molestia. Los cólicos pueden presentarse durante 2 a 3 semanas después de la intervención y pueden ser mucho más fuertes que los cólicos menstruales.

Muchas mujeres se quejan del aumento del cólico entre el 3er y el 5to día posterior al procedimiento. Algunas mujeres no presentarán ninguna sensación de cólico en tanto que otras sentirán algo de presión en el bajo vientre o dolor en la espalda o en sus muslos.

Para contactarse con la clínica de la mujer, comunicarse al 819-778-2055 de lunes a jueves 8AM a 4PM y el viernes de 8AM a 3PM. Si tiene alguna inquietud de tipo médico en un horario diferente, favor comunicarse a la línea de Info- santé (811 opción 1).



## Consejos para aliviar los cólicos:

- Tome 2 tabletas de ibuprofeno o acetaminofén cada 4 a 6 horas o 1 comprimido de naproxen cada 8 a 12 horas, si usted no tiene contraindicaciones a tomar estos medicamentos. Asegúrese de seguir la dosis indicada en la caja del medicamento. Evitar medicamentos que contienen ácido acetilsalicílico, como la aspirina.
- Aplique calor sobre la parte inferior del abdomen con una botella de agua caliente, una almohadilla eléctrica o una bolsa caliente.
- Realice actividad física ligera. Usted puede, por ejemplo, caminar o subir escaleras.
- Doble sus rodillas reclinándolas sobre su cuerpo.
- Tome bebidas calientes.

Si los calambres persisten a pesar de estas acciones o si está preocupada, llámenos.

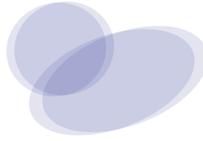
## 5.5 Cambios hormonales

Puede ser que los dos o tres primeros días después de la intervención no sean fáciles, pues se presentan eventos dolorosos.

Entre el tercero y el quinto día después del aborto, puede ocurrir que:

- Aumente la intensidad de los cólicos.
- Sangrado más abundante acompañado de coágulos.
- Mamas congestionadas. Puede presentar un pequeño flujo en la mama durante varios días.
- Distensión abdominal (su abdomen se infla)
- Puede presentar estreñimiento
- Su temperatura corporal aumenta ligeramente a  $38,5^{\circ}\text{C}$  o  $101,3^{\circ}\text{F}$  durante 24 horas.
- Usted puede sentirse un poco deprimida o con ganas de llorar.

Para contactarse con la clínica de la mujer, comunicarse al 819-778-2055 de lunes a jueves 8AM a 4PM y el viernes de 8AM a 3PM. Si tiene alguna inquietud de tipo médico en un horario diferente, favor comunicarse a la línea de Info- santé (811 opción 1).



Estos síntomas no deben durar más de 48 horas, y se mejoran con las siguientes acciones :

- Descanse
- Aplique calor sobre su abdomen (bolsa caliente, botella con agua...)
- Tome 2 comprimidos de ibuprofeno o acetaminofén cada 4 a 6 horas o 1 comprimido de naproxen cada 8 a 12 horas, si usted no tiene contraindicaciones o indicaciones a tomar estos medicamentos. Asegúrese de seguir la dosis indicada en la caja del medicamento. Evitar medicamentos que contienen ácido acetilsalicílico, como la aspirina.
- Use un sostén ajustado y evite masajear sus senos.

Cada persona es diferente y cada aborto es diferente para una persona. Algunas no tienen problemas después de la cirugía, otras presentan mayor sensación dolorosa sin complicaciones.

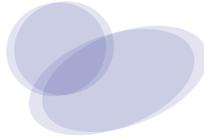
Si tiene inquietudes, contáctenos.

## **5.6 Síntomas de embarazo:**

En la gran mayoría de las personas, los síntomas de embarazo desaparecen durante la primera semana.

- Las náuseas y vómitos deben desaparecer dentro de 24 horas.
- Sus senos pueden permanecer hinchados y sensibles a una semana.
- La hinchazón en el vientre puede aumentar antes de disminuir. Esto puede durar hasta 2 semanas.
- Algunas personas sienten la tentación de hacer una prueba de embarazo después del procedimiento para estar más seguras. Normalmente la prueba de embarazo se hace negativa 4 semanas después del aborto. En casos excepcionales, la prueba de embarazo puede seguir siendo positiva hasta 6 semanas después de la cirugía. Si persisten los síntomas de embarazo y si la prueba de embarazo sigue siendo positiva más allá de 4 semanas, es muy importante que nos llame.

Para contactarse con la clínica de la mujer, comunicarse al 819-778-2055 de lunes a jueves 8AM a 4PM y el viernes de 8AM a 3PM. Si tiene alguna inquietud de tipo médico en un horario diferente, favor comunicarse a la línea de Info- santé (811 opción 1).



- Si está preocupada, llámenos rápidamente.

### **5.7 Sigüientes menstruaciones:**

Si no esta usando un método anticonceptivo hormonal, su próximo período menstrual debe presentarse de 4 a 6 semanas después del procedimiento. Este sangrado puede ser diferente de su período habitual. El cólico puede ser más fuerte y puede tener coágulos o sangrado marrón. Esto es normal.

Usted es fértil inmediatamente después del procedimiento, incluso antes de la siguiente menstruación. Por tanto, hay riesgo de embarazo si tiene relaciones sexuales sin usar anticonceptivos.

### **5.8 Visita de control:**

Si usted tiene un médico de familia, le recomendamos una visita de seguimiento de 4 a 6 semanas después de la cirugía. Nosotros le daremos a usted una hoja para ser diligenciada por el médico que consulte.

Si usted no tiene un médico de familia o si usted no desea comentarle acerca de su aborto, llámenos una semana después de la intervención. Haremos una evaluación telefónica inicial y luego le ofreceremos una cita en el momento oportuno.

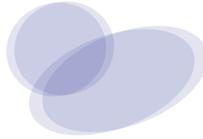
### **5.9 Problemas pueden presentarse:**

Como con cualquier procedimiento médico, la interrupción del embarazo se asocia con riesgos de complicaciones. Son poco frecuentes y generalmente fáciles de tratar.

Usted debe llamar a la clínica de la mujer o acudir al médico si presenta alguno de los siguientes eventos:

- Aumento de temperatura corporal (más de 38,5 ° C o 101,3 ° F) durante varias horas. Es muy importante tomar su temperatura si se siente febril ya que se puede tener una sensación de calor sin presentar realmente fiebre.

Para contactarse con la clínica de la mujer, comunicarse al 819-778-2055 de lunes a jueves 8AM a 4PM y el viernes de 8AM a 3PM. Si tiene alguna inquietud de tipo médico en un horario diferente, favor comunicarse a la línea de Info- santé (811 opción 1).



- Dolor intenso y persistente en el bajo vientre que no mejora tomando analgésicos de manera regular.

Usted debe ir a urgencias hospitalarias si presenta :

- Sangrado anormal, es decir, llenado total de una toalla sanitaria absorbente en media hora por más de 3 horas.

Si usted presenta una complicación después de la intervención, favor mantengamos informados.

### **5.10 Cuidados propios : Sus emociones**

Usted vive probablemente un momento con emociones intensas. Cada persona presenta sentimiento diferente y esto es normal. Muchas personas pueden sentirse aliviadas después del procedimiento, lo cual no impide sentirse tristes, culpables, solas o con un sentimiento de pérdida. Varias personas o parejas experimentan un período de luto.

La tristeza es una emoción saludable, y desaparece con el tiempo.

También se puede tener la impresión de ser más madura, más responsable o igual sentirse orgullosa de haber tomado una decisión importante.

Esta experiencia es una oportunidad para que muchas personas hagan un balance de sus vidas, para aprender más sobre sí mismos y afirmarse.

Si usted desea hablar de aquello que siente, sea inmediatamente o después de la intervención, hágalo. Es bueno compartir con alguien con quien tenga confianza. Su salud emotiva es igual de importante que su salud física.

Usted puede también llamarnos. Nosotros podemos proponerle un encuentro con nuestra consejera psicosocial o dirigirle a otros servicios que pueden ayudarle. Ofrecemos citas psicosociales individuales y ofrecemos la opción de reuniones grupales.

Para contactarse con la clínica de la mujer, comunicarse al 819-778-2055 de lunes a jueves 8AM a 4PM y el viernes de 8AM a 3PM. Si tiene alguna inquietud de tipo médico en un horario diferente, favor comunicarse a la línea de Info- santé (811 opción 1).

## Su sexualidad

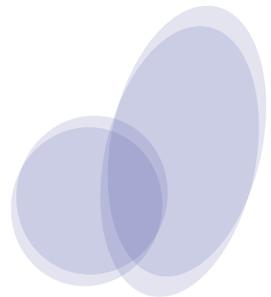
Usted puede retomar su actividad sexual después de 7 días. En algunas mujeres pueden presentarse cólicos o sangrado durante la penetración durante 1 a 2 meses después del procedimiento.

No olvide que usted es fértil inmediatamente después del aborto y debe planificar con algún método contraceptivo.

Es posible también que después de la interrupción del embarazo usted experimente cambios en su vida sexual. Por ejemplo, no querer tener relaciones sexuales por un tiempo, incluso si no hay en este momento contraindicación médica.

Escuche su cuerpo y tome el tiempo para encontrar su deseo.

Si hay aspectos de su sexualidad que no le gusta, busque el momento para hablar y encontrar una solución.



Para contactarse con la clínica de la mujer, comunicarse al 819-778-2055 de lunes a jueves 8AM a 4PM y el viernes de 8AM a 3PM. Si tiene alguna inquietud de tipo médico en un horario diferente, favor comunicarse a la línea de Info- santé (811 opción 1).





## EL DÍA DEL PROCEDIMIENTO

Es muy importante que usted respete la hora de su cita. Si esto no es posible, por favor avisenos con antelación llamando al: 819-778-2055 x122

Sus citas son:

\_\_\_\_\_ horas  
\_\_\_\_\_ horas

No consumir ningún alimento a partir de las \_\_\_\_\_ (Sólo se permite agua, jugo de manzana, café negro y té negro).

Tenga con usted:

- Su tarjeta de assurance maladie válida, su documento temporal o prueba de cobertura por el programa federal de salud provisional para refugiados. Si usted no cuenta con ninguno de estos documentos, usted asumirá el costo del procedimiento.
- Porte una indumentaria con la cual se sienta cómoda. Asegúrese de vestir un atuendo de mangas cortas.
- Toallas sanitarias y ropa interior cómoda. Evite el uso de pantys tipo “tangas brasileras” o “tangas hilo dental”.
- Si usted padece de asma, lleve consigo su inhalador.
- Si le es posible hacer una donación a la Clínica de la Mujer (dinero en efectivo, tarjeta VISA o Interac). Es un gesto de solidaridad hacia otras mujeres quienes no tendrían otra manera de acceder a este tipo de servicios clínicos.

### Consignas a respetar:

- Usted puede tomar una comida ligera como por ejemplo pan tostado y líquidos claros, hasta 3 horas antes de la intervención.
- Puede beber agua, jugo de manzana, té negro o café sin leche hasta la hora de su cita.
- Es importante que esté acompañada de retorno a su casa, a causa de los medicamentos recibidos durante la intervención. Por el contrario, nadie podrá estar con usted en la sala de procedimientos ni en la sala de recuperación y descanso.
- No consumir alcohol ni drogas 48 horas antes de la intervención con el fin de evitar complicaciones severas.
- No tome aspirinas 3 días antes ni durante los 7 días después del procedimiento. Si en realidad usted está obligada a tomar aspirina por razones médicas, por favor comuníquelo a la enfermera en el momento de su cita preparatoria.
- Tome sus medicamentos habituales la mañana de la intervención acompañándolos con pequeños tragos de agua.
- No conduzca ningún vehículo, no firme documentos importantes ni actas notariadas dentro de las 24 horas siguientes a la intervención. Asegúrese de no quedar sola con niños pequeños durante este mismo tiempo.

Si tiene inquietudes o preguntas, llámenos. Estamos para ayudarle.