

CAPÍTULO 23

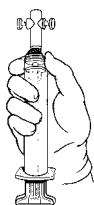
AMEU (aspiración por vacío manual, aspiración manual endouterina)

En este capítulo:

Decidir cuándo hacer la AMEU.....	422
Prepararse para hacer la AMEU.....	423
Ayudar a la mujer a sentirse cómoda	423
Cómo prevenir el dolor durante la AMEU	423
Cómo hacer la AMEU.....	426
Inyectar anestésico para adormecer el cuello de la matriz . .	428
Problemas con la AMEU	432
La cánula sale de la matriz.	432
La jeringa se llena	433
Se tapa la cánula	433
La matriz está muy grande para vaciarla con la AMEU	434
Problemas que pueden ocurrir a causa de la AMEU	433
Después de la AMEU	434

AMEU (aspiración por vacío manual, aspiración manual endouterina)

CAPÍTULO
23



La AMEU es una forma rápida y bastante segura de vaciar la matriz usando una cánula y una jeringa grande. Se puede usar la AMEU:

- para ayudar a una mujer que tuvo una pérdida o un aborto incompleto.
- para tratar atrasos de la regla.
- para terminar un embarazo no deseado.

La AMEU se hace de la misma forma en todos esos casos.

En este libro explicamos cómo usar la AMEU para ayudar a las mujeres que tuvieron una pérdida o un aborto incompleto, es decir, cuando un embarazo terminó antes de tiempo pero quedó parte del tejido en la matriz. También vea el Capítulo 22, a partir de la página 400, que explica otras maneras de ayudar a una mujer después de una pérdida o un aborto. La AMEU es sólo una parte de la atención que ella necesita.



La AMEU es menos peligrosa, más sencilla y más barata que otros métodos que usan instrumentos para vaciar la matriz. Por lo general, los otros métodos sólo se hacen en clínicas u hospitales a manos de un doctor. En cambio, la AMEU la pueden hacer las parteras, las enfermeras o cualquier persona que tenga la capacitación debida, los instrumentos correctos y los medios para esterilizar esos instrumentos. Sería bueno que más parteras y otras personas aprendieran a usar la AMEU correctamente. Así, más mujeres — sobre todo mujeres pobres y mujeres que viven en pueblos alejados de los servicios médicos — podrían tener la opción de un aborto sin riesgo y podrían también recibir atención que les salve la vida después de una pérdida o un aborto incompleto.

Para tomar en cuenta antes de aprender a hacer la AMEU

- Antes de leer este capítulo, usted necesita entender cómo **prevenir las infecciones** (Capítulo 5, página 48) y cómo se hace un **examen pélvico** (Capítulo 20, página 372).
- Infórmese acerca de las leyes en su zona. En algunos lugares, las autoridades de salud les facilitan a las parteras la capacitación para hacer la AMEU. En otros lugares, a las parteras se les prohíbe hacerlo.
- La AMEU puede causar lesiones o infecciones de la matriz si no se hace correctamente. Este capítulo le puede ayudar a aprender el procedimiento, pero recuerde que un maestro con experiencia le puede enseñar más que un libro. **Usted debe aprender a hacer la AMEU de una persona que tiene experiencia**

Decidir cuándo hacer la AMEU

Una mujer puede desangrarse o morir de una infección si le queda tejido en la matriz después de una pérdida o un aborto incompleto. La AMEU puede ayudar a salvarle la vida.

Pero, si no se hace con cuidado, la AMEU también es peligrosa. Para hacerla, es necesario meter algo en la matriz de la mujer. Si eso no se hace correctamente, le puede causar una infección o lesionar la matriz.

Además, la AMEU sólo es recomendable hasta las 12 semanas de embarazo. Es peligroso hacerla cuando el embarazo está más avanzado.

Antes de hacer la AMEU, asegúrese de que no haya otra alternativa menos riesgosa. ¿Hay un hospital cerca de allí, donde los trabajadores de salud puedan vaciar la matriz? ¿Dada la situación, sería más apropiado usar misoprostol (vea la página 412)? **No haga la AMEU a menos que sea la forma menos peligrosa de vaciar la matriz.** Para evitar los riesgos de la AMEU, usted debe:



Tener equipo esterilizado

Todo lo que entre en la matriz de la mujer debe estar esterilizado (vea la página 59). Si no puede esterilizar sus instrumentos antes de hacer la AMEU, es peligroso hacerla. ¡No la haga!

Tener capacitación y experiencia

Nadie puede aprender lo suficiente de éste o de ningún otro libro para poder hacer la AMEU sin riesgo. Usted necesita que la capacite una persona que tenga experiencia. Aprenda lo más que pueda de los libros, las clases y los maestros. Ayude a una persona con más experiencia cuando hace la AMEU, para que usted pueda observarla y aprender.

Estar segura de que la AMEU es el tratamiento apropiado para la mujer

Explíquele a la mujer por qué necesita la AMEU. Revísele los signos físicos, como el pulso y la temperatura, para averiguar si también necesita otro tipo de atención médica. Averigüe cuánto tiempo ha estado embarazada. **La AMEU sólo se puede hacer sin riesgo las primeras 12 semanas (3 meses) del embarazo**, o sea 12 semanas o menos después de la última regla de la mujer. Después de ese período, la AMEU no dará resultado porque el embarazo ya habrá avanzado demasiado. Pero si una mujer está en grave peligro después de una pérdida o un aborto incompleto, y usted no tiene ninguna otra forma de ayudarle, puede ver si la AMEU le da resultado. Vea la página 88 para los métodos que pueden ayudarle a averiguar cuánto tiempo ha estado embarazada la mujer.

Para asegurarse de que una mujer lleva menos de 3 meses de embarazo, usted debe hacerle un examen bimanual (vea la página 387) antes de hacerle la AMEU.

Pérdida o aborto incompleto

Una mujer que tuvo una pérdida o un aborto incompleto se encuentra en grave peligro. Hay que vaciarle la matriz de inmediato. Vea si la mujer tiene estos signos de una infección o una lesión:

- dolor fuerte en la parte baja del vientre
- sangrado fuerte de la vagina
- pulso rápido (más de 100 latidos por minuto)
- fiebre alta (de más de 38°C ó 100.4°F)
- presión que está baja o que está bajando

Vea la página 410 para las formas de ayudar a una mujer que tiene estos signos, o lleve a la mujer al hospital de inmediato.

Prepararse para hacer la AMEU

Ayudar a la mujer a sentirse cómoda

Dígale a la mujer lo que le va a hacer. Conteste las preguntas que ella tenga.

Encuentre un lugar privado donde pueda hacer la AMEU sin que nadie esté mirando. No se olvide del carácter confidencial de todo lo relacionado con la atención de la mujer (vea la página 7).

Cómo prevenir el dolor durante la AMEU

La AMEU puede ser dolorosa. Éstas son algunas cosas que usted puede hacer para aliviar el dolor:

- Siempre decirle a la mujer lo que le está haciendo y animarla a hacer preguntas.
- No hacer movimientos bruscos y no apurarse.
- Enseñarle a la mujer cómo respirar lenta y profundamente. Eso puede ayudarle a relajar el cuerpo. ¡Usted también puede respirar de esa forma! Eso le ayudará a trabajar con calma y con mucho cuidado.



La mano de una amiga comprensiva puede ayudar mucho a aliviar el dolor de la mujer.

La mujer podría tener dolor a pesar de que usted sea muy cuidadosa. Aunque la medicina para el dolor puede ser cara y puede tener efectos secundarios dañinos, tal vez quiera ofrecérsela a las mujeres, si la puede conseguir. Las mujeres no deben padecer dolor cuando no sea necesario.

Y recuerde: la medicina para el dolor no puede reemplazar la atención cuidadosa y respetuosa.

Hay 2 tipos de medicina para disminuir el dolor causado por la AMEU. Usted puede dar pastillas por la boca o puede poner una inyección cerca del cuello de la matriz para adormecer esa zona del cuerpo.



Para disminuir el dolor

- dé 500 a 1000 mg de paracetamol por la boca,
20 minutos antes de empezar la AMEU

y también

- vea la página 428 para aprender a poner una inyección para adormecer el cuello de la matriz

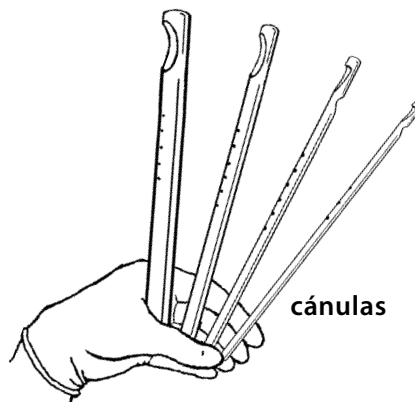
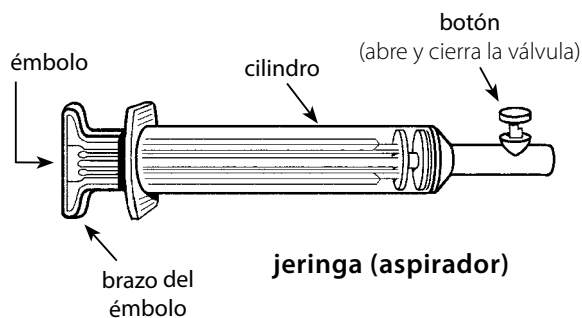
Cómo preparar los instrumentos y materiales para hacer la AMEU

Hay varios instrumentos diferentes que se usan para hacer la AMEU. En este capítulo explicamos cómo usar un equipo de AMEU que fabrica una organización llamada Ipas. (Vea la página 503 para averiguar cómo conseguir equipos de AMEU).

El equipo de AMEU consta de 2 partes principales:

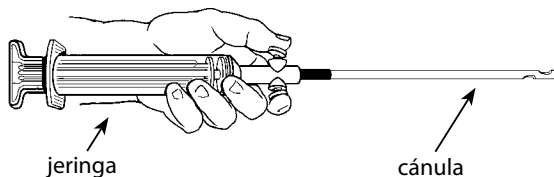
La primera es una jeringa de 50 cc con una abertura ancha que crea un vacío para aspirar el contenido de la matriz.

La otra parte principal del equipo es un juego de tubos de plástico llamados cánulas. Un extremo de la cánula se conecta a la jeringa. El otro extremo se coloca dentro de la matriz.



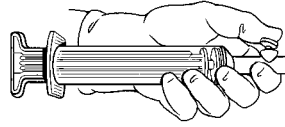
Cómo funciona la jeringa

Cuando los botones de la jeringa se oprimen hacia atrás y quedan metidos, la válvula se abre para que la jeringa succione el contenido de la matriz a través de la cánula.

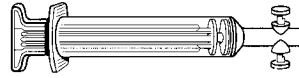


Cómo cuidar la jeringa

La jeringa para hacer la aspiración se debe desarmar y limpiar con cuidado después de cada uso. Antes de que la vuelva a usar, lubrique el anillo de hule que está en la base del émbolo de la jeringa con un poco de lubricante de silicona o incluso con un poco de aceite vegetal. Lea las instrucciones que vienen con la jeringa para aprender cómo cuidarla.



Jeringa de 1 válvula para embarazos de hasta 12 semanas



Jeringa de 2 válvulas para embarazos de hasta 12 semanas

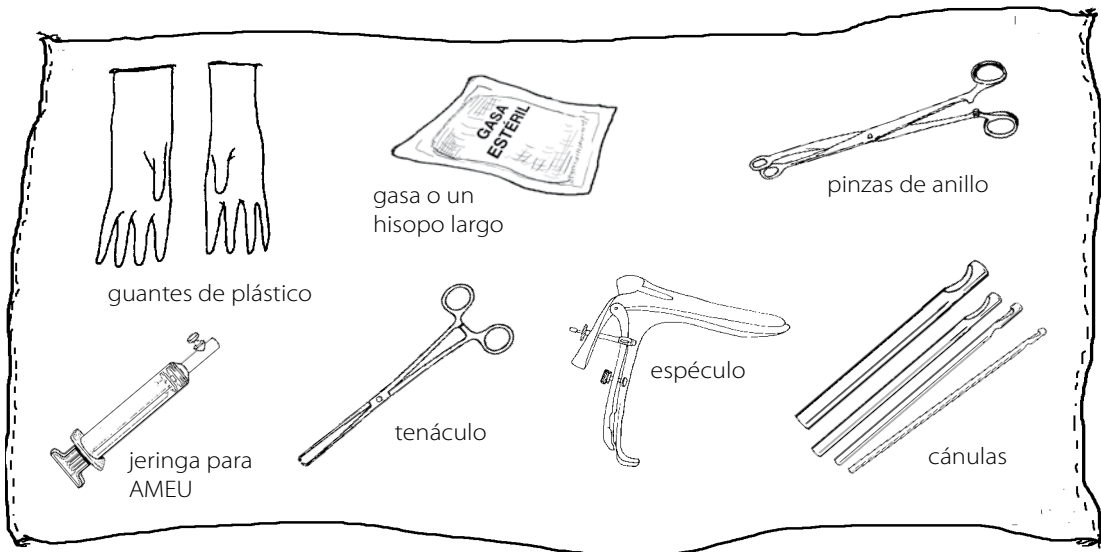


Jeringa AMEU plus para embarazos de hasta 12 semanas

Nota: Algunas jeringas más pequeñas y que fabricaban antes fueron buenas sólo para embarazos de hasta 8 semanas. Siga las instrucciones con mucho cuidado para la jeringa que usted tenga.

Esterilice los instrumentos

Esterilice todos los instrumentos que vaya a meter en la vagina o en la matriz (vea la página 59) y póngalos sobre un plato, una tela o un papel esterilizados. Debe usar guantes esterilizados cada vez que toque un instrumento esterilizado.



También va a necesitar un pequeño tazón de solución antiséptica, como *Isodine* (povidona yodada), para limpiar la parte de afuera del cuello de la matriz. Y no se olvide tener una buena fuente de luz.



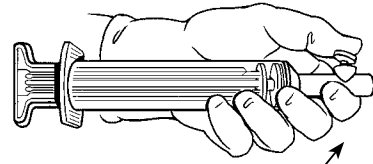
Cómo hacer la AMEU

1. Crear el vacío en la jeringa:

Oprima el botón hacia adentro y adelante para cerrar la válvula. El botón hará un pequeño chasquido y no se moverá hasta que usted lo vuelva a abrir.

Sostenga el cilindro de la jeringa con una mano y con la otra mano jale el émbolo hasta que los brazos del émbolo salgan de golpe y se topen con la base del cilindro de la jeringa.

Revise los brazos del émbolo. Deben estar lo más afuera posible. Con los brazos en la posición correcta, será imposible empujar el émbolo de vuelta dentro del cilindro de la jeringa.



Empuje el botón hacia adentro y adelante.



Jale el émbolo para atrás.

Los brazos del émbolo saldrán de golpe.



¡ADVERTENCIA! No apriete nunca los brazos del émbolo ni empuje el émbolo dentro del cilindro de la jeringa mientras esté haciendo la aspiración. Eso podría enviar el contenido de la jeringa de regreso a la matriz y podría matar a la mujer.

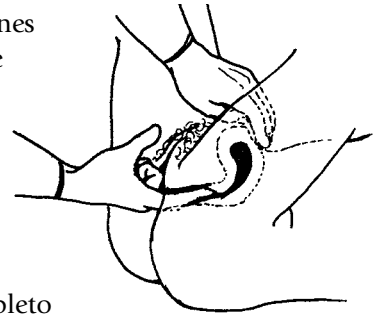
2. Alumbre los genitales de la mujer para que los pueda ver bien. Tal vez necesite que una ayudante sostenga la luz.

3. Lávese las manos con agua y jabón durante varios minutos (vea la página 53). Deje que las manos se le sequen al aire.

Póngase guantes de plástico limpios.

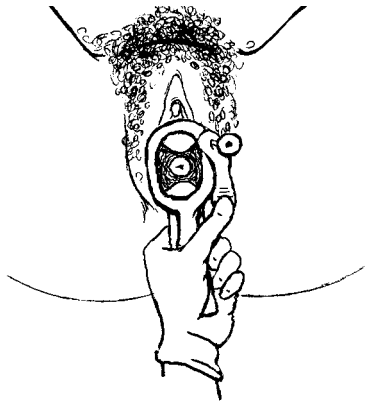


4. Cuando la mujer le diga que está lista, siga las instrucciones en la página 387 para hacer un examen bimanual. Revise el tamaño de la matriz. El tamaño de la matriz debe coincidir con el número de semanas de embarazo que la mujer le haya dicho que lleva. Si la matriz está muy grande, tal vez la mujer ha estado embarazada más tiempo de lo que cree. No le haga la AMEU a una mujer que lleva más de 3 meses de embarazo, a menos que tenga problemas graves a causa de un aborto incompleto y usted no tenga otra forma de ayudarla.

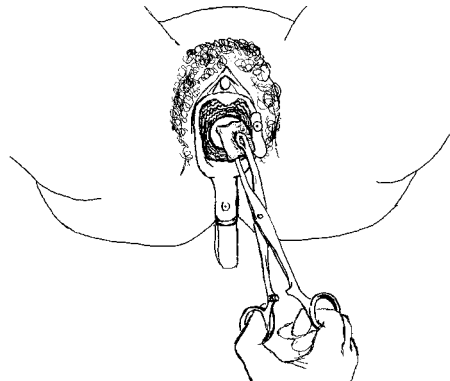


5. Quítese los guantes, lávese las manos y póngase un nuevo par de guantes, que estén esterilizados. Así podrá mantener estériles todos los instrumentos para la AMEU mientras hace el procedimiento.

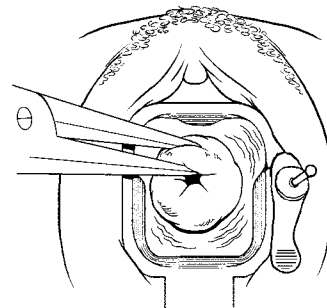
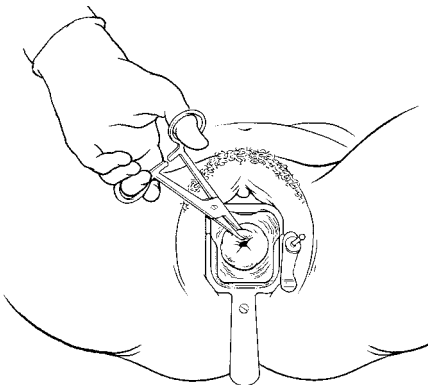
6. Coloque un espéculo en la vagina con cuidado (vea la página 377).



7. Sostenga una pieza de gasa estéril con las pinzas de anillo y remójela en la solución antiséptica, o remoje un hisopo largo. Use la gasa o el hisopo para lavar el cuello de la matriz.



8. Pídale a la mujer que respire profundamente y se relaje. Cuando ella esté lista, agarre el cuello de la matriz con un tenáculo o unas pinzas de anillo. Cierre el tenáculo y jálelo un poco para enderezar la matriz. Eso puede ser muy incómodo para la mujer, así que tenga cuidado y explíquelo lo que le está haciendo.



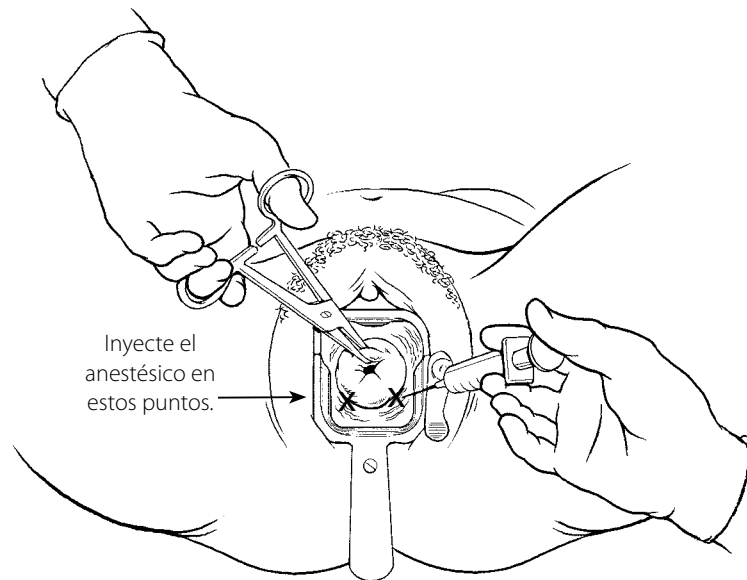
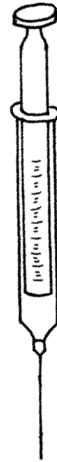
9. Si decidió poner una inyección para adormecerle el cuello de la matriz, hágalo ahora.

Inyectar anestésico para adormecer el cuello de la matriz

Usted necesitará una aguja espinal de calibre 22 esterilizada (o un prolongador también esterilizado) y un anestésico local **sin epinefrina**. La lidocaína al 1% es un ejemplo de un anestésico local que podría usar.

Antes de poner la inyección, pregúntele a la mujer si alguna vez le han dado ese anestésico. Averigüe si tuvo una mala reacción a ese anestésico en cualquier ocasión. Si tuvo una mala reacción, no le ponga la inyección.

Use el tenáculo para mover el cuello de la matriz un poco hacia un lado hasta que pueda ver el lugar donde el cuello de la matriz (que es liso) se junta con la vagina (que es menos lisa).


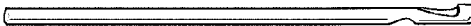
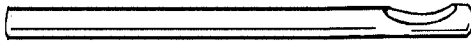


Siga las instrucciones en las páginas 345 a 349 para poner la inyección.

Meta la aguja más o menos a 1 centímetro debajo de la piel e inyecte 2 ml del anestésico lentamente, a medida que va sacando la aguja. Repita del otro lado del cuello de la matriz.

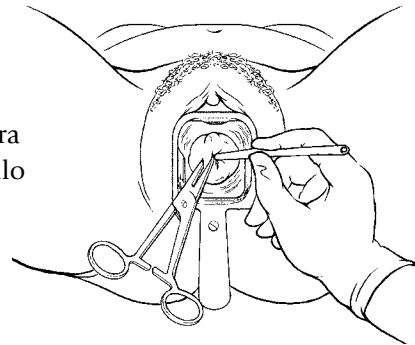
El anestésico tardará más o menos 5 minutos en adormecer el cuello de la matriz. Es posible que la mujer siga sintiendo cólicos después de la inyección, pero le dolerán menos.

- 10.** Escoja una cánula. Las cánulas vienen en muchos tamaños diferentes (es posible que el tamaño esté marcado directamente en la cánula). **Mientras más grande sea la matriz de la mujer, más grande debe ser el tamaño de la cánula que usted va a usar.** Este cuadro le da una idea de cuál sería la cánula más apropiada:

Para una mujer que lleva de 5 a 7 semanas de embarazo use una cánula de 5 mm (matriz de 9 cm de largo)	
de 7 a 9 semanas de embarazo use una cánula de 6 mm (matriz de 10 cm de largo)	
de 9 a 12 semanas de embarazo . . . use una cánula de 7, 8, 9, 10 ó 12 mm (matriz de 12 cm de largo)	

- 11.** Para que algunos tipos de cánulas encajen en algunas jeringas, se necesita un adaptador. Si necesita un adaptador, colóquelo ahora.

- 12.** Dígale a la mujer que usted está lista para empezar. Cuando ella esté lista, empuje la cánula esterilizada a través de la abertura del cuello de la matriz con cuidado. No deje que la cánula toque nada, ni siquiera las paredes de la vagina, antes de que atraviese el cuello de la matriz. A veces, no es posible meter la cánula porque el cuello de la matriz está muy apretado. En ese caso, primero meta una cánula más pequeña en el cuello de la matriz, luego sáquela y meta una cánula más grande.



Rote la cánula suavemente mientras atraviesa el cuello de la matriz. Así será más fácil de meter.

Mientras mete la cánula, esté atenta a la mujer para asegurarse de que no tenga dolor. Pídale que le avise si el procedimiento le duele. A veces, los gestos de la mujer le indicarán que tiene dolor, aunque ella esté callada.

Si la mujer tiene dolor, afloje el paso. Proceda lentamente para evitar lesiones. Pídale a la mujer que respire profundamente. Eso le ayudará a ella a relajarse y así el cuello de la matriz se abrirá más fácilmente.

- 13.** Meta la cánula con cuidado hasta que sienta que topa con el fondo de la matriz. Cuando sienta el fondo de la matriz, jale la cánula un poquito hacia usted. Si es necesario, puede soltar el tenáculo.



El nervio vago

A veces, cuando a una mujer se le mete una cánula en la matriz, ella se siente mareada o con ganas de vomitar. Tal vez se desmaye. Eso generalmente se debe a que la cánula oprimió el nervio vago.

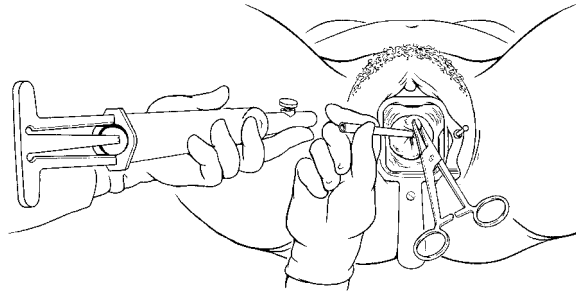
El nervio vago comienza en la parte trasera del cerebro, dentro de la cabeza, y luego recorre toda la espalda y cada pierna. El nervio pasa cerca de la parte trasera de la matriz y cuando algo, como una cánula, se coloca dentro de la matriz, puede oprimir el nervio.

Signos de una reacción vagal:

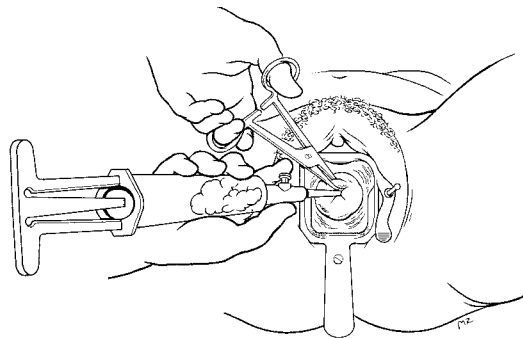
- La mujer empieza a sudar o a ponerse fría y pálida.
- El pulso se le acelera y le baja la presión.
- Se siente mareada o con ganas de vomitar.

Eso es incómodo para la mujer, pero no es peligroso. Deje de hacer la AMEU. Saque la cánula, el tenáculo y el espéculo. Ayúdele a acostarse de lado, manténgala calentita y tranquila y espere a que se le pasen las molestias. Cuando ella se sienta mejor, usted puede volver a comenzar la AMEU.

14. Sostenga la jeringa con una mano y la cánula con la otra. Conecte la jeringa con la cánula jalando la cánula un poco para atrás hasta que encaje con la jeringa. Tenga cuidado de no empujar la cánula para adelante, dentro de la matriz. Si la empuja demasiado, podría lesionar la matriz.



15. Oprima el botón de la jeringa hacia usted para abrir la válvula. el botón hará un chasquido. Se llenará la jeringa con un líquido espumoso y burbujeante, y además sangre y tejido del embarazo. Es posible que también salga sangre de la vagina.



- 16.** Para vaciar la matriz, mueva la cánula hacia adentro y hacia afuera al mismo tiempo que va rotando la jeringa.

No saque la punta de la cánula del cuello de la matriz.

Si saca la punta de la cánula del cuello de la matriz, se perderá el vacío. Aunque vuelva a meter la cánula en la matriz, ya no podrá aspirar tejido. No habrá hecho una aspiración completa.

No empuje la cánula demasiado hacia adentro porque podría lesionar la matriz.

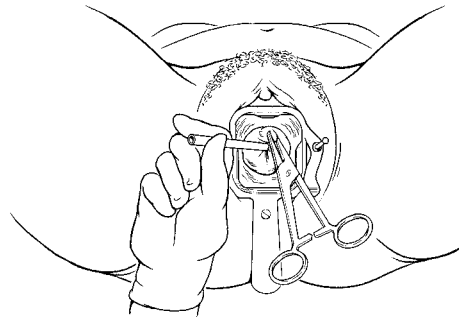
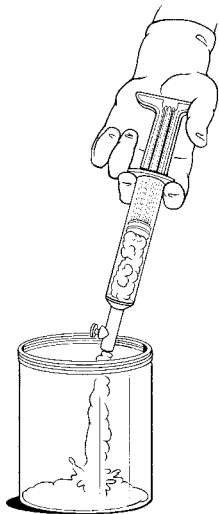
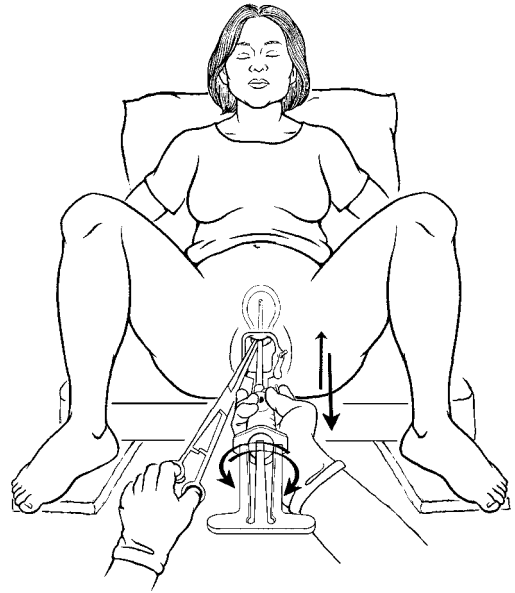
- 17.** Siga moviendo y rotando la jeringa hasta que haya vaciado la matriz. Por lo general, la matriz se vacía en 5 minutos o menos.

Estos son los signos que indican que la matriz está vacía:

- Ya sólo queda espuma rosácea en la cánula.
- Ya no hay tejido en la cánula.
- Cuando la punta de la cánula toca el interior de la matriz, se siente áspera y arenosa.
- La matriz se aprieta y “agarra” la cánula.

- 18.** Cuando la matriz esté vacía y limpia, separe la jeringa de la cánula. Vacíe la jeringa en un recipiente transparente, como un frasco de vidrio.

Ahora retire la cánula con cuidado, quite el tenáculo y retire el espéculo.



- 19.** Mire el tejido que salió de la matriz para ver si está completo. Es importante saber si sacó todo el tejido, porque si quedó aunque sea un poquito en la matriz, podría causar sangrado y una infección.

Pase el tejido por una coladera o añádale un poco de agua limpia al frasco en que esté. Lo que vea dependerá de la razón por la cual la mujer haya necesitado la AMEU.

Si la mujer necesitó la AMEU para interrumpir un embarazo o porque estaba sangrando a causa de una pérdida, usted deberá ver el embarazo completo. Después de las 4 semanas de embarazo, debe haber tejido plumoso blanco o amarillento conectado a una bolsita transparente. Si no ve todo eso, repita la AMEU.

Si usted hizo la AMEU para vaciar la matriz después de una pérdida o un aborto incompleto, tal vez no vea todo el tejido. Es posible que una parte ya haya salido de la matriz. De cualquier forma, acuérdesse de lo que vea. Si, más adelante, la mujer empieza a sangrar o tiene una infección, y usted no vio todo el tejido completo del embarazo cuando hizo la AMEU, será necesario que la vuelva a hacer.

- 20.** Siga las sugerencias en las páginas 67 a 69 para deshacerse del tejido sangriento sin peligro.



Problemas con la AMEU

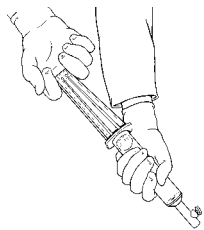
Hay algunos problemas que pueden ocurrir durante la AMEU que impedirán la aspiración completa. Debe solucionar esos problemas para completar la AMEU y para evitar que la mujer sangre o se enferme después del procedimiento.

La cánula sale de la matriz

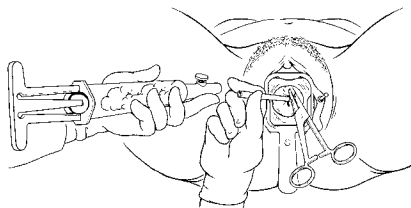
Si la punta de la cánula sale de la matriz, aunque sea sólo un poco, después de que usted haya abierto la válvula, el vacío se perderá. La jeringa ya no podrá aspirar más tejido.

Solución:

1. Desconecte la jeringa de la cánula.
2. Vacíe la jeringa.
3. Meta otra cánula esterilizada en la matriz.



4. Haga un nuevo vacío en la jeringa: empuje el botón hacia adentro y adelante para cerrar la válvula y jale los brazos del émbolo hasta que salgan de golpe y se topen con la base del cilindro de la jeringa.
5. Conecte la cánula con la jeringa cuidadosamente.
6. Empuje el botón de la válvula hacia usted para abrirla y siga vaciando la matriz.

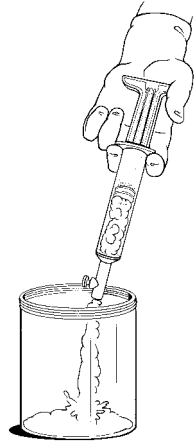


La jeringa se llena

Cuando la jeringa esté casi llena, no habrá suficiente vacío para aspirar el resto del tejido de la matriz.

Solución:

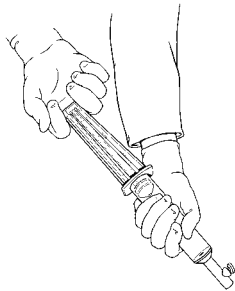
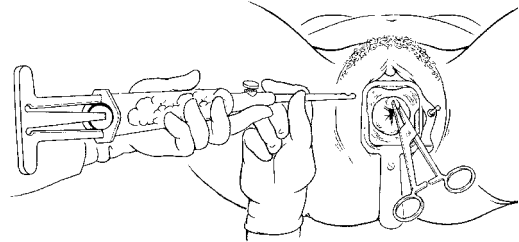
1. Desconecte la jeringa de la cánula, sin sacar la cánula de la matriz.
2. Vacíe la jeringa.
3. Haga un nuevo vacío en la jeringa: empuje el botón hacia adentro y adelante para cerrar la válvula y jale los brazos del émbolo hasta que salgan de golpe y se topen con la base del cilindro de la jeringa.
4. Vuelva a conectar la cánula con la jeringa cuidadosamente.
5. Empuje el botón de la válvula hacia usted para abrirlas y siga vaciando la matriz.



Se tapa la cánula

Solución:

1. Saque la jeringa y la cánula de la matriz y desconecte la jeringa de la cánula.
2. Vacíe la jeringa.
3. Meta una nueva cánula esterilizada en la matriz.
Tal vez necesite una cánula más grande.



4. Haga un nuevo vacío en la jeringa: empuje el botón hacia adentro y adelante para cerrar la válvula y jale los brazos del émbolo hasta que salgan de golpe y se topen con la base del cilindro de la jeringa.
5. Conecte la cánula con la jeringa cuidadosamente.
6. Empuje el botón de la válvula hacia usted para abrirlas y siga vaciando la matriz.

A veces hay un pedazo de tejido en el cuello de la matriz que sigue tapando la cánula. Tal vez pueda sacarlo con un par de pinzas esterilizadas antes de poner la nueva cánula.

La matriz está muy grande para vaciarla con la AMEU

A veces, quizás piense que la matriz de una mujer está suficientemente pequeña para hacerle la AMEU. Pero después de empezar la AMEU, se da cuenta de que la matriz está demasiado grande. Tal vez la mujer se haya embarazado antes de lo que creía o quizás usted sintió que la matriz era más pequeña de lo que es.

Solución:

Si empieza a hacer la AMEU, pero no puede vaciar la matriz completamente, intente hacerlo con una cánula más grande. Si aun así no puede vaciar la matriz, necesitará encontrar a otra persona que sí lo pueda hacer de inmediato. Usted necesita conseguir ayuda aunque eso implique ir a un hospital lejano. La mujer está en grave peligro.

Usted también puede:

- darle misoprostol para vaciar la matriz (vea la página 412).
- estar pendiente de los signos de una infección (vea la página 413).



Problemas que pueden ocurrir a causa de la AMEU

La AMEU puede causar problemas si no se hace correctamente. A veces, hasta las mujeres atendidas por parteras con experiencia tienen problemas. Éstos son los problemas más frecuentes:

- AMEU incompleta (vea la página 411).
- infección (vea la página 413).
- lesión de la matriz (vea la página 417).

Después de la AMEU

Vaya a ver a la mujer regularmente el día y la noche siguientes, para asegurarse de que está bien. Revísele la temperatura y el pulso para ver si hay signos de una infección y revise cuánto está sangrando.

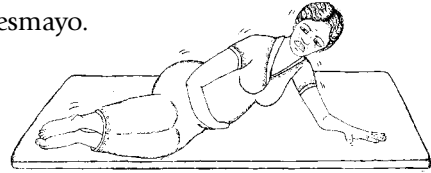
Explíquela a la mujer lo que se puede esperar después de la AMEU. Ella debe saber que necesita conseguir ayuda si le da algún signo de advertencia.

SIGNOS SALUDABLES

- Sangrado que parece una regla normal durante varios días o una semana.
- Un poco de cólicos 2 ó 3 días.

SIGNOS DE ADVERTENCIA

- Sangrado que es más abundante que una regla normal—sobre todo si hay coágulos grandes o la sangre es de color rojo vivo.
- Sangrado que dura más de 2 semanas después de la AMEU.
- Flujo de la vagina con mal olor.
- Matriz que se queda grande o se agranda después de la AMEU.
- Dolor fuerte, dolor que va aumentando, o cólicos o dolor en el vientre o la pelvis, que dura más de 3 o 4 días.
- Fiebre, escalofríos o malestar.
- Debilidad, mareos o desmayo.



Si la mujer está sangrando más de lo que sangra con una regla normal, sóbele la matriz cada 2 ó 3 horas (vea la página 224) para que se endurezca y expulse los coágulos de sangre que tenga adentro. Quizás también sirva que le ponga una bolsa de hielo en el vientre 15 ó 20 minutos.

Si sigue sangrando o tiene otro signo de peligro, consiga ayuda médica.

Cómo cuidarse después de la AMEU

Explíquela a la mujer lo que puede esperar mientras le sana el cuerpo. Es normal que ella se tarde un par de semanas en volver a sentir el cuerpo como antes de que se embarazara. Dígale cuáles son los signos de advertencia y pídala que esté pendiente de ellos. Además, no se olvide de darle una oportunidad de hablar sobre sus sentimientos. Algunas mujeres se sienten asustadas o tristes después de una pérdida o un aborto.

La mujer debe cuidarse el cuerpo durante varias semanas para que sane rápida y totalmente. No debe ponerse nada en la vagina y no debe tener relaciones sexuales con penetración sino hasta que deje de sangrar.

Anime a la mujer a que tome bastantes líquidos y coma alimentos saludables. Si puede, debe descansar varios días.

**Planificación familiar**

Después de hacerle la AMEU a la mujer, pregúntele si le gustaría saber más acerca de la planificación familiar. Una mujer puede quedarse embarazada fácilmente después de una pérdida o un aborto, igual que en cualquier otro momento. Además, es posible que la mujer no quiso estar embarazada cuando abortó. Para ayudarla a encontrar un método de planificación familiar que le convenga, vea el Capítulo 17, página 298.