



ANTICONCEPTIVOS

ASOCIACION GALEGA DA MULLER

- INTRODUCCION -

Nós, A.G.M. ,Asociación galega da muller , organización feminista que loita pola liberación da muller galega, ante a falla absoluta de información por parte dun número tan grande de mulleres de todo o referente o campo de anticoncepción e aborto, vemos a necesidade de elaborar algún traballo sobre isto.

Atopámonos con dificultades, levamos moi pouco tempo funcionando e temos bastante traballo e non nos foi posible realizar até agora isto. Chegou as nosas mans este traballo elaborado por ANCHE (Organización feminista catalana), e vimos convinte dalo a conocer en Galicia. Pensamos que é un primeiro vireiro polo que podemos avanzar neste campo.

Queremos, tamén, denunciar a situación de ilegalidade en que se atopa todo o referente a anticonceptivos: información, difusión e venta

Exiximos unha información científica e veraz.

Asociación Galega da Muller

Por qué nacen neste intre grupos de mulleres que se organiza e loitan por un problema como é o da contracepción e o do aborto?

PORQUE NOS TEMOS DEREITO AO NOSO CORPO. Nestes momentos nós, que tanto se está a falar das liberdades democráticas, nos que vemos manifestacións polas rúas que chaman por unha nova sociedade e gritan contra da represión, da opresión e a explotación, dámonos conta de que todos falan de liberdades, pero no referente a muller, todos callan e fan un silencio arredor dos seus problemas.

Ninguén quer saber que aínda hoxe hai mulleres que padan a súa vida angustiadas polo problema do embarazo, que seguen abortando na clandestinidad, que o pagan coa súa vida, o seu traballo e a súa saúde.

Deben ser pois as propias mulleres as que comezan a decir que chegou o momento de decir: " BASTA ", resolvable e sean elas mesmas as que tomen nas súas mans os seus problemas, discutindo entre elas de veciña a veciña, de comadre a comadre, de amiga a amiga, na procura de atopar solucións. Temos de empezar a facernos escoitar, concretamente nas asociacións de veciños, exixindo que o goberno poña guarderías, pero non agardando que o tempo e a boa vontade nos dean o que precisamos: nos mesmas temos que propoñernos atopar un local para instalar a guardería que nos permita aliviar un pouco a vida asoballada que levamos

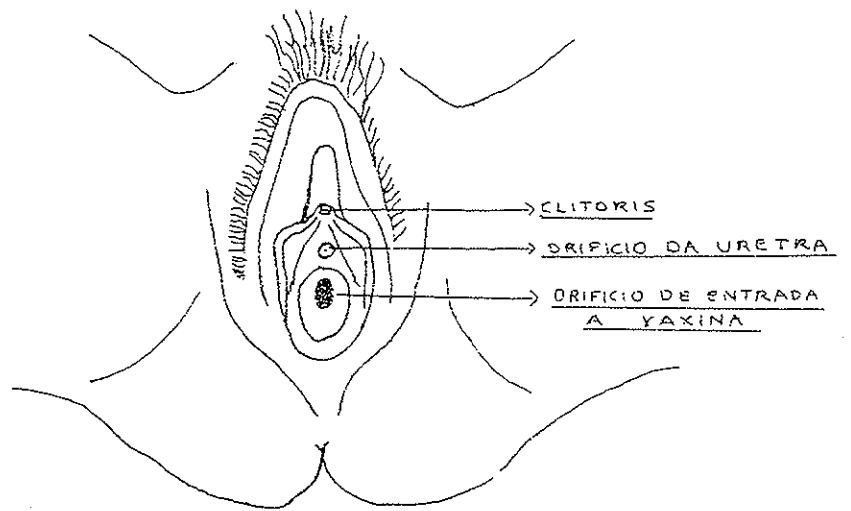
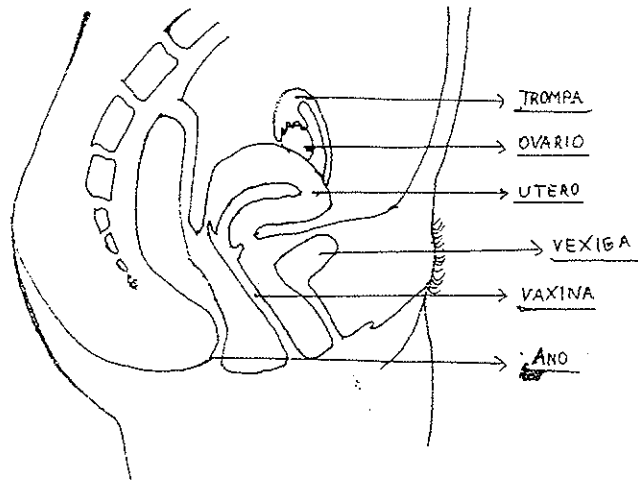
En tódas as partes, os traballadores erguen a súa voz para exixir xusticia e facer vales a suas razóns, nas asociacións de veciños, nas C.C.OO., nas asambleas. Do mesmo xeito as mulleres, tamén deben unirse e exixir o dereito a controlar o seu propio corpo.

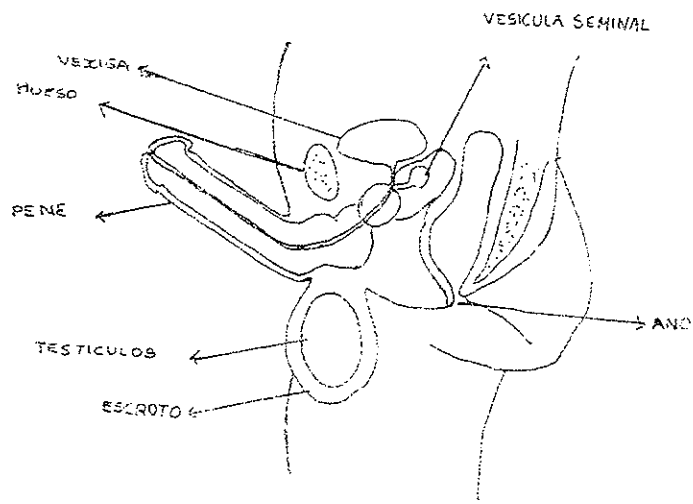
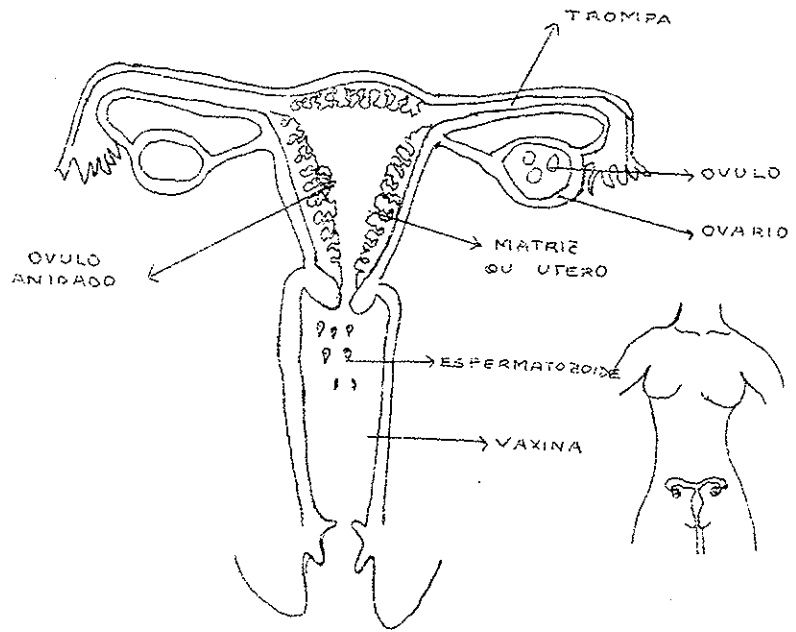
E se de norte a sul as mulleres comezan a loitar polos seus intereses en canto que son seres explotados, por qué non empezar a loitar para rachar as cadeas que a suxeitan aos fillos, ao traballo doméstico e ao medo?

Oferecemos agora uns consellos prácticos e a información máis recente sobre métodos anticonceptivos que poidemos xuntar. Explicaremos tamén en que consiste o método KARMAN, aborto cientificamente avanzado que se fae sen risco para a muller.

Loitaremos tamén para que na nosa nación, en todo o Estado español, e no mundo inteiro a muller poida dispoñer dun xeito libre e gratuito dos avances da ciencia.

Reproducimos aquí os órganos sexuais do home e da muller. Coñecer o noso corpo é indispensable para a boa comprensión dos problemas e poder atoparlles solución.





ABSTINENCIA TOTAL

A falla de relacións sexuais e un sistema moi utilizado para evitar problemas. Non se pode negar a súa eficacia, pero provoca graves perturbacións psicolóxicas.

AO DUCHA VAXINAL

Praticábase os nosos antergos cunha pera de goma, e non serve para nada e non se pode repartir os espermatozoides por toda a vagina, aumentando deste xeito o risco do embarazo. Se se lle engade un produto tóxico podemos afirmar que é perigosa.

CONTINENCIA PERIÓDICA

OXINO-KNAUSS.- É este o tan coñecido método Oxino que, tendo en conta a súa pouca precisión, permíte ter como promedio un fillo cada 18 meses. Baséase no feito de que a ovulación ten lugar 14 días antes da regra seguinte (na metade do ciclo para as que teñen un ciclo de 28 días)-. Sabendo que o óvulo vive durante un día e que os espermatozoides viven tres días e absténdose de calquera relación, non debería haber fecundación. Por desgracia os ciclos non son sempre o suficientemente regulares (vense alterados por doencias, emocións, etc.) e, anque raras veces, poden producirse tamén máis dunha ovulación nun mesmo ciclo.

TEMPERATURA (Método de temperaturabasal)

Este método significa que a muller ten que tomar se a temperatura rectal tódas as mañás, denantes de ergerse ou de iniciarse calquera actividade, e anotar, no intre no que comeza un aumento de temperatura, pois é o momento da ovulación. Soio poden terse relacións sexuais a partires dos catro días despois de comezar este aumento e até a regra seguinte.

En xeral combínase con outro método durante o comezo do ciclo, sobre todo, co método Oximo. Non é un método seguro, xa que a temperatura depende tamén de toda unha serie de factores doutro tipo. Ademais, moitas mulleres non teñen a curva de temperatura perceptíbel.

COITO INTERUMPIDO

É a forma de contracepción máis utilizada. Para ser eficaz supón que o home se retire denantes da exaculación e se distancie suficientemente, xa que as secrecións femininas que se atopan no favorecen o movemento dos espermatozoides.

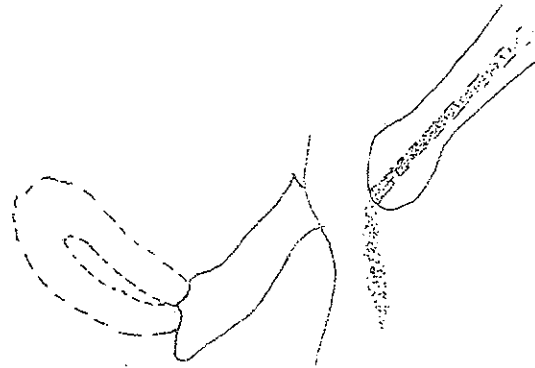
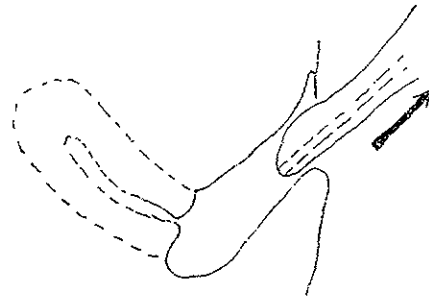
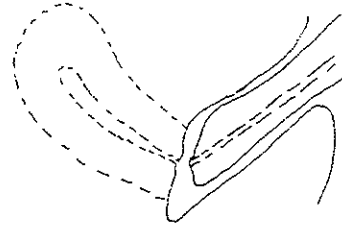
Este procedemento amosa dous defectos:

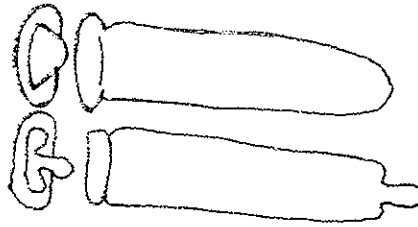
- fai recaer sobre o home a responsabilidade de contracepción. O home ten que manterse moi atento e dominarse no momento no que culmina o seu precezo (suposta virtude do esforzo). É polo tanto, inseguro para a muller.

- fustra á muller, excepto no caso de que pense que o esperma é algo sucio, pero neste caso ameaza a existencia de problemas sexuais importantes na muller, que de seguro terá relacións sexuais pouco satisfactorias.

-Segundo se señaló moitas veces, espermatozoides procedentes de exacuacións anteriores man téñense nos pliegues do pene , e neste caso todo o procedemento non serve para nada.

Tendo en conta o pouco grau de seguridade, este método é moitas veces angustiante para a muller e ao longo, leva graves trastornos psicolóxicos tamén no home.





PRESERVATIVOS MASCULINOS

A finalidade abertamente confesada deste preservativo masculino é protexer ao home das enfermidades venéreas, xa que logo está recoñecido socialmente que pode ter relacións extra-conxugais sendo así, véndese libremente, mentras que os preservativos femeninos non poden venderse. Temos aquí un exemplo de moralidade sexual, que varía segundo se aplique ao home ou á muller. O obxectivo orixinal deste método explica a repugnancia que provoca nalgúns casos o utilizalo. Aínda que isto pode suceder algunha vez non debe terse vergoña en pedirlo ao boticario.

É aconsellábel utilizar dous cada vez, tendo en conta o risco dunha mala fabricación...

Ben utilizado, é un método eficaz e un dos poucos que se poden utilizar despois do parto. É a miúdo ben aceptado, aínda que a súa colocación interrompe o xogo amoroso e pode ser sentido como unha barreira.

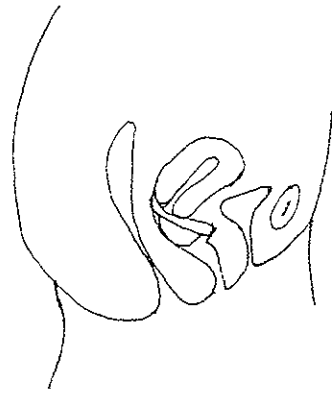
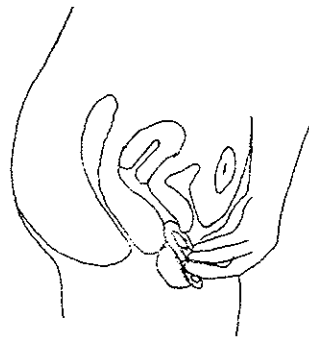
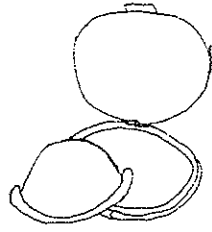
Pola contra dunha idea moi difundida, non provoca desequilibrio hormonal algún na muller por falta de esperma.

Existen preservativos con flores....

DIAFRAGMA

Ten unha parte superior redondeada, de goma fina maleable e resistente. Está reforzado na periferia por un borde semirrígido de caucho; este reborde suxeita o diafragma contra a parede da vaxina e impide que o esperma poida pasar por debaixo do diafragma. O diafragma recobre a boca da matriz (ou sexa, o cuello do útero) e unha parte da parede interior da vaxina. Emprégase, cunha pomada espermicida, é dicir, que mata os espermatozoides, e a súa eficacia, normalmente excelente, depende da súa boa colocación. Para colocalo unha mesma, a muller debe coñecer moi ben o seu corpo; o tamaño do diafragma debe de estar adaptado á vaxina; a pomada espermicida debe de ser aplicada dentro e fora da parte superior redondeada. Como a pomada mantén o seu efecto durante dúas ou tres horas compre aplicar de novo pomada, se o acto sexual ten lugar despois deste prazo. Compre tamén deixar o diafragma posto polo menos 8 horas despois de ter tido relacións sexuais. Se se repite a relación aplicarése de novo pomada sempre que o intervalo sexa superior a 2 h. O diafragma pode provocar problemas psicolóxicos: se se coloca inútilmente resulta frustrante; se non se pensou antes, é preciso colocalo interrompindo as caricias. Xa dixemos que obriga a muller a coñecer a súa vaxina e para moitas delas isto non é fácil tendo en conta os tabús impostos pola sociedade.

Ten poucas contraindicacións: infección de vaxina e do cuello do útero. Non pode ser utilizado despois dun aborto ou dun parto, xa que o cuello queda deformado; é preciso esperar que se recupere a súa forma. É aconsellábel verificar de tempo en tempo se o tamaño está ben adaptado.



Xeito de colocación do diafragma.

ARD:

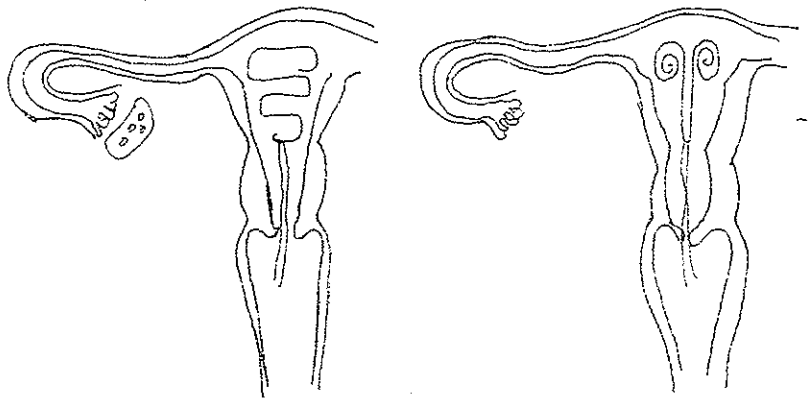
Non recobre máis que o cuello do útero. É menos eficaz que o diafragma.

ESTERILETE

É un pequeno obxecto de plástico redondeado (nalgúns casos rodeado dun fío de cobre) que pode ter moitas formas. Colócase dentro da matriz e impide que o óvulo poida añidar nas paredes da mesma. Prolóngase nun ou dous fíos que entran na vaxina, e que permiten á muller verificar se o esterilete se mantén no seu lugar. Este fío non se sente durante as relacións sexuais.

O esterilete é colocado polo médico durante a menstruación. Pode ser preciso cambialo se aparecen pequenas hemorraxias entre as regras. Estas pequenas hemorraxias rara vez se presentan durante os dous anos.

Duas formas de colocar o esterilete:



Desde hai tempo vense adoptando o cobre para mellorar a efectividade do esterilete. O cobre ten a propiedade de modificar o medio uterino; e desta forma impide aos espermatozoides vivir. No caso dos esteriletos de cobre, hai que cambialos máis ou menos cada dous anos, porque o fio de cobre enrolado nunha das ramas do esterilete descompóñase pouco a pouco, de tal xeito que o rematar os dous anos a eficacia do mesmo chega a ser a mesma que a dun esterilete de plástico.

Exames a realizar denantes da colocación do esterilete

Exame xinecolóxico:

- Para asegurarse de que non existe unha eventual contraindicación.
- Para determinar o tamaño do útero e a súa dirección e a súa forma.

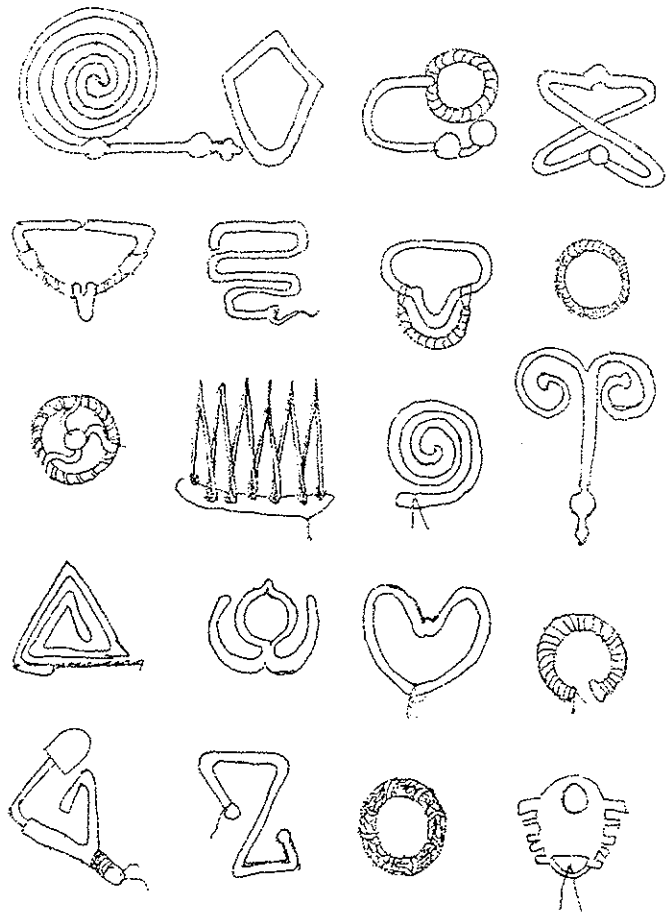
Exame vaginal:

- Recóllense algunhas células do cuello do útero para analizalas. Isto serve para descubrir un posible cancro na matriz, ou a existencia dunha infección, que imposibilitarían a colocación do esterilete e existen un tratamento.

Contraindicacións

Non pode ser colocado o esterilete no caso de infección xenital e de malformacións graves da matriz (unha infección leve pode ser facilmente tratada denantes de colocar o esterilete), nen tampouco no caso de embarazo ou cancro xenital.

Algúns modelos de esterileta:



Os seus inconvenientes:

Nalgunhas mulleres o corpo rexéitao (pode porbrarse entón outro de forma diferente) ou non o soportan. Xa falamos do risco de embarazo e de perforación o cal significa que unha vez máis OS MEDICOS TEÑEN A OBRIGA DE ESTUDAR ISTOS INCONVENIENTES PARA INTENTAR REDUCILOS AO MINIMO:

Pode ser desaconsellado no caso de fibroma ou de cicatrices consecutivas a unha cesárea. (O fibroma é un nudo fibroso que pode aparecer nos órganos xenitais e precisa tratamento).

As veces o médico négase a colocar o esterilete sobre todo, no caso de mulleres novas que non estiveron preñadas, decindo que non debe correrse o risco dunha infección. Pola contra, outros médicos aceptarán que a muller non pode ou non quere escoller outro método anticonceptivo e que o risco é mínimo e que en todo caso que é preferíbel a un ou varios abortos. O MEDICO DEBE ADQUIRIR CONCIENCIA DE QUE A SUA OBRIGA E ESTUDAR OS DIFERENTES ANTICONCEPTIVOS PRA PODER ACONSELLAR UN OU OUTRO; DEGUNDO OS CASOS:

Para as mulleres que veñen de parir:

O esterilete non pode ser colocado máis que despois de 2 ou 4 meses, cando a matriz recuperou a súa forma e se fixo de novo firme. Até ese momento podere utilizar unha píldora ben dosificada un diafragma, ou impoñer o uso dun preservativo masculino e unha pomada espermicida.

Ventaxas do esterilete:

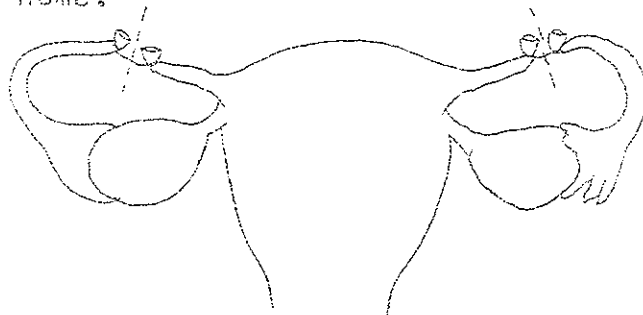
En xeral, sóportase ben e non molesta para nada as relacións sexuais.

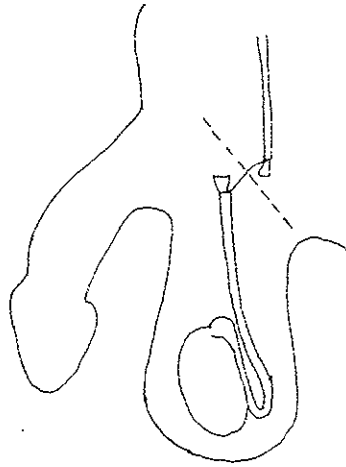
É un método seguro, sobre todo o esterilete cuc fio de cobre. O risco de embarazo calcúlase actualmente nun 3%, pero ben colocado e controlado cada ano polo médico, redúcese tanto esta porcentaxe como o pequenísimos número de casos de perforación que se rexistraron.

A ESTERILIZACION

Falaremos brevemente destas formas de contracepción, as máis seguras e radicais, por ser irreversíbeis na muller e dificilmente reversíbeis no home. Non representa perturbación de ningún tipo, pero significa unha decisión profunda pola banda do individuo. No nos esquecemos que nalgúns países de terceiro mundo os gobernos promobeb estas decisións individuais que teñen que estar baseadas nunha moi fonda convicción persoal, ao traveso de regalións e castos para quitarse, deste xeito de enriba os problemas da superpoboación.

Ligaduras de trompas como formas de esterilización na muller e no home:





A PÍLDORA

Pero... ¿qué é a píldora?...

A píldora reproduce un mecanismo existente en todas as mulleres no transcurso de cada ciclo.

Despois da ovulación que ten lugar, en xeral, na metade do ciclo, o ovario reproduce dous tipos de hormonas: o estróxeno e a proxesterona que teñen funcións diferentes. Por unha banda preparan a matriz (o útero) para recibir un ovulo fecundado, e por outra, no caso do estróxeno impiden que se produza unha nova ovulación antes da regra (coa regra expúlsase o vulo fecundado da matriz). Este é o mesmo mecanismo que intervéñen durante o embarazo, para impedir que se desenvolvan dous fetos de idade diferente.

A píldora reproduce este mecanismo cerradeiro durante todo o ciclo e non só durante a segunda metade do mesmo.

Comprendese pois que os fallos da píldora só poden deberse a que a muller se esqueza de tomala.

Como tomar a píldora?

Segundo os estudos máis recentes, cando unha muller toma a píldora o primeiro mes debe empezala facéndoo a partir do segundo día da regra (pola contra do aínda di o folleto). Seguirá tomando a píldora durante 21 días, parará de tomala durante 7 días (durante estes días terá a regra) e voltará de novo a tomala durante 21 días, e así sucesivamente.

Empezará a tomar a píldora, polo tanto, se ten un ciclo regular de 28 días, sempre o mesmo día da semana. Tomar a píldora pode converterse entón, nunha costume como lavar os dentes ou poñer o despertador.

No caso de esquecerse, a píldora esquecida pode ser tomada sen incoherencia algún, unha vez se dou de conta a muller, no prazo máximo de 24 horas despois (polo tanto, o que non pode facer é esquecerse de tomala dúas veces seguidas).

No caso de esquecerse durante máis de dous días ten que deixar de lado o envase-calendario de píldoras que estaba a tomar, durante 5 días e comezar entón un novo envase (ATENCIÓN, debe empregarse outro medio anticonceptivo durante eses 5 días e os 10 días seguintes despois de ter comezado o novo envase. Por exemplo: diafragma, preservativo masculino, etc.)

Durante os tres primeiros meses nos que se toma a píldora poden aparecer lixeiras molestias, sen consecuencias, que equivalen as molestias que poden sentirse durante os dous ou tres primeiros meses do embarazo (dores no peito, lixeiras hemorrxias entre as regras, náuseas, etc.)

Se estas molestias non desaparecen hai que pensar noutro tipo de píldora, xa que o primeiro non foi correcto.

Cando queiras deixar de tomar a píldora para que darte preñada, é comenente deixar pasar dous ou tres meses durante os que debes usar outro anti-conceptivo, para permitir que se normalice a ovulación.

Se paras de tomar a píldora porque o desexas (relacións sexuais irregulares) ou porque o médico o aconsella (algúns médicos aconsellan unha pausa de dous ou tres meses cada ano, outros pensan que a muller pode tomar a píldora sen riscos e continuamente -de feito non teñen regras-) é indispensable usar outros anticonceptivos (diafrámas, esteriletos, preservativos masculinos se queres evitar un posíbel embarazo.

A píldora mixta

Todos os comprimidos conteñen a mesma dose de estróxeno e de proxesterona.

A píldora secuencial

Véndese envasada na mesma forma que as píldoras mixtas, pero os primeiros comprimidos apenas levan algo das dúas hormonas (estroxeno) e as 7 últimas de cor diferente, levan unha combinación de ambas hormonas (estroxeno e proxesterona). En canto a este tipo de píldoras, é importante saber que non se pode cometer ningún tipo de olvido.

A píldora do día seguinte

Non é unha píldora contraceptiva do mesmo tipo que as anteriores. Tómase inmediatamente despois dunha relación sexual que se pensa pode ser perigosa.

¿Cómo conseguir a píldora máis adecuada ?

Non hai unha píldora, existen polo menos vinte diferentes. A cada muller convénlle en particular un tipo determinado de píldora. A píldora somente se vende con receta médica, polo tanto hai que consultar o médico, por unha banda para conseguir a receta e pola outra para obter unha adecuada vixilancia. a actual situación de ilegalidade fai que milleiros de mulleres se procuran unha píldora calquera, e que queira proporcionarlles un boticario "simpático e comprensivo" ou algún médico baixo man lles dea algunha receta sen estudar o caso a fondo, dado o seu temor a situación de ilegalidade.

ISTO REPRESENTA O MAIS GRAVE RISCO QUE CORREMOS COA PILDORA :

Debemos existir que nos fagan unha vez ó ano:

Unha análise de sangue para dosificación do sucre

Unha análise para a determinación das grasas

Unha exploración vaxinal (trátase de analizar ao microscopio as células recollidas da superficie da vaxina e do cuello da matriz, o cal permite descubrir moi especialmente o comezo dun cancro) (citología).

SE A MEDICINA FOSE PREVENTIVA ESTES EXAMES FARIAMSE ANUALMENTE A TODAS AS MULLERES; MESMO AS QUE NON TOMAN PILDORA:

Se estas análises dan resultados normais a píldora pode ser tomada sen incoementos durante un ano, e non é preciso como pretenden algúns médicos, ir á consulta cada tres meses para conseguir unha nova receta, pois ésta pode ser extendida por un ano (despóis dos primeiros tres meses de control).

¿E perigosa a píldora?. NON

Non provoca cancro: Segundo estadísticas feitas durante 15 anos cun grande número de mulleres, o cancro non é máis frecuente nas mulleres que toman a píldora que nas que non a toman. Ademais as mulleres que toman a píldora soméñtense a un exame regular co que se descobre nestas mulleres o cancro antes gracias a elo, se existe tal cancro pode ser tratado con maior éxito. Non provoca tampouco DIABETES nin aumenta o índice de "grasas no sangue", etc. Non obstante, hai certas enfermidades que existen un control médico riguroso ou representan unha contraindicación absoluta: Hepatitis grave, cancro, hipertensión grave, determinados accidentes, trombose embólica, hiperlipamia esencial. Algunha situación non significa unha contradicción, pero existen unha viviancia atenta: varices, pernas pesadas. Inalmente habería que discutir se no caso de existir diabetes ou epilepsia, existe unha contraindicación relativa ou non é moito máis grave o risco dun embarazo...

As reaccións secundarias (doo de cabeza, pesadez nas pernas, etc.) desaparecen despois dalgún tempo ou cambiando de preparado. Moitas veces son puramente psicolóxicas.

A píldora é un dos métodos máis eficaces que se coñecen (83% de fracasos samente) e non perturba as relacións sexuais salvo nunha porcentaxe mínima de mulleres.

DEBEMOS EXISIR AOS MEDICOS QUE NOS FAGAN AS ANALISES PRECISAS DENANTES DE RECEITARNOS UN PREPARADO; E QUE VIXIEN COMO O SOPORTA O NOSO ORGAISMO;

E SE NON PODECHES ENTERARTE A TEMPO
OU SE CHE FALLOU TODO:;...

- O ABORTO -

- Os cregos da Idade Media afirmaban que a vida comezaba aos 40 días no caso dun feto masculino e aos 80 no caso dun feto femenino.

- No século XX a Igrexa Católica e outros amigos do feto declaran que hai vida desde a fecundación. Impedir pois esta fecundación sería polo mero feito, un acto criminal!.

- Algúns gobernos do terceiro mundo regalanlle as mulleres que se fan abortar ou esterilizar, obxetos a cambio (cubos de plástico, transistores etc.)

- A vida non sempre ten o mesmo valor: depende do lugar e das circunstancias onde se atope. Todas as definicións son convencionais e están a evolucionar segundo as épocas, segundo as necesidades históricas e os intereses económicos e políticos.

No Estado Español calcúlase que se fan ao ano arredor de 350.000 abortos.

¿por qué abortamos nos?

Nós abortamos porque:

- Non fomos informadas dos métodos anticonceptivos e non sabemos como utilizalos.
- Precisamos ter un "médico amigo" que nos dea a receita.
- Os abticonceptivos son caros.
- Engañáronnos cunha píldora ou con outros métodos que non nos fixeron efecto.
- Sentímonos asoballadas polo eido onde vivimos (familia, escola, traballo). Unha nai solreira é unha cousa rexeitabel e vergoñenta.
- Xa temos moitos fillos e non dexexamos ter ningún máis. Estamos xa fartas de atoparnos soias e esclavizadas fronte ao biberón , aos pañais, as papillas etc..
- A represión que nos vemos obrigadas a exercer sobre os nosos fillos (casa pequena e ruidosa, e traballo esgotador, etc.)lévanos a non dexexar ningún máis.
- Non temos cartos ou temos moi poucos para educar aos nosos fillos. Se quedamos na casa, o traballo doméstico non trae cartos. Se traballamos fora da casa, estamos mal pagados e por riba non temos tempo para gozar dos fillos.

- Non queremos vernos obrigadas ao sillamento se ciall (uller soia na casa) , tanho máisc canto que este sillamento é proporcional ao número de fillos, pois por unha banda os equipamentos sociais son practicamente inesistentes, e polo contra os horerios escolares son cáseque incompati-
beis cos horerios de traballo.

- Non nos esquecemos de todas aquelas, que dese- xando ter un fillo, sofren abortos pola culpa das condicións esgotadoras do seu traballo na ca- da de fábrica e de produción.

Por todo elo non podemos arriscarnos a sufrir em- barazos de cotío.

exponemos á opinión pública a nosa exixencia de un aborto LIBRE E GRATUITO, baseándonos nas razóns seguintes:

- O aborto practícase, e non hai lei repre- siya no mundo capaz de eliminar algo algo que se manifesta como práctica social. Polo tanto, o mínimo que se pode facer e falar abertemente del e ver a forma de alcanzálo.

- Unha boa información contraceptiva, é decir, a legalización e a gratuidade de dos me- dios anticonceptivos, é a úneca vía segura para reducir o número de abortos ao mínimo inevitábel. Calqueira outra postore é hipócrita , antisocial e regresiva.

PERO, POR RIBA DE TODO, ESTA O DIREITO DA MULLER A DECIDIR SOBRE O SEU PROPIO CORPO;

¿QUE É O METODO KARMAN?

Um método que se aplica ao principio do embarazo Calculando o número de semanas a partir do primeiro día da derradeira regra normal, pode practicarse o aborto por este método:

✓ A partires da 6ª semana á 10ª semana, as mulleres que non tiveron fillos nãunca.

- Até á 11ª semana, as que xa tiveron fillos

ATENCIÓN

Moitos xinecólogos calculan o tempo "real" do embarazo a partires da data probábel da ovulación ou sexa, o 14 día despóis de regra. Neste procedemento supónse que a ovulación é regular e está bel, e prodúcese no meido do ciclo menstrual. Sobre esta mesma base aséntase o método OXINO. Pero dadas as numerosas e imprevisibeis irregularidades da ovulación, ésta é de feito moi imprecisa; é a mesma razón pola que o método OXINO falla tantas veces. Neste tipo de cálculo, o mesmo suposto de gravidez é en dúas semanas inferior ao que se obtén cando se parte da data da derradeira regra.

EXIXE UNHA INFORMACION CORRECTA SOBRE A MANEIRA DE FACER AS CONTAS.

Sobre todo, NON PERDAS O TEMPO.

Pense que debes conservar a serenidade precisa para tomar a túa decisión con inteira liberdade xa que as consecuencias caerán inevitábelmente sobre ti mesma. Canto máis tempo, titubeas e deixes pasar, tanto máis difícil che vai resultar ver a situación con claridade xa que te verás exposto a presións internas de tipo emocional, presións externas de todo tipo, dúbidas e temores. Se decides o aborto, pregunta polo método KARMAN.

O método en sí:

Foi inventado en China e perfeccionado en U.S.A onde se aplica desde hai máis de 10 anos e hoxe adóptano moitos países onde foi recoñecida a súa superioridade sobre todos os demais.

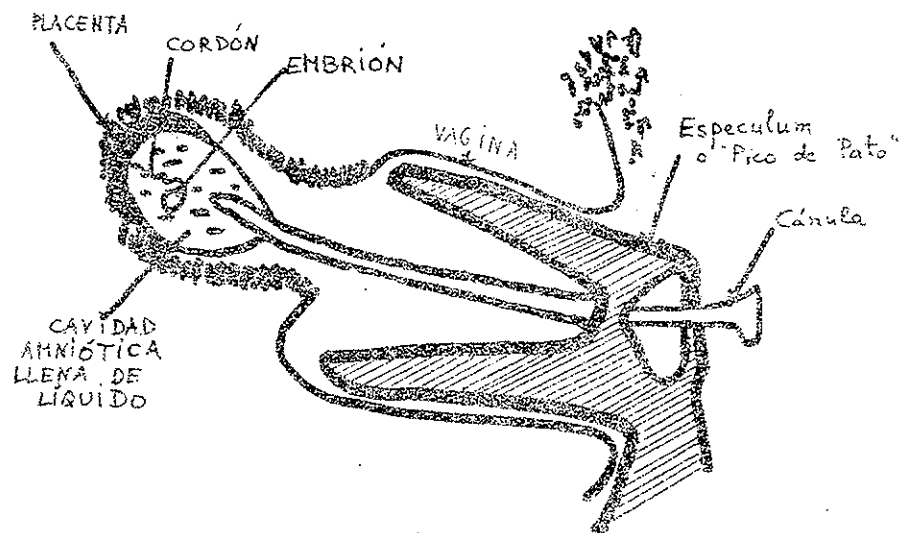
É un método:

- Rápido (aproximadamente media hora) que non precisa hospitalización.

- Non pon o perigo á muller xa que se utiliza un material maleábel e non é traumatizante para os órganos.

- Seguro, pois practicado correctamente permite evacuar na súa totalidade o contido do útero (óvulo, membranas que o envolven) sen ter que recurrir a un raspado complementario.

- Non precisa dunha anestesia xeral e permite que a muller participe e controle o aborto.



OS INSTRUMENTOS

Son simples, pouco cortantes, fáciles de esterilizar. Algúns deles utilízanse varias veces, outros son de plástico e deben ser desechados despois de cada aplicación.

UN ESPECULO OU PICO DE PATO: Permite entreabrir a vaxina para observar o cuello do útero, que está no fondo. Utilízase para calquera exame xinecolóxico cando se quere verificar que non existe infección. Pode ser de metal ou de plástico. Gracias ao mesmo poden introducirse os demais instrumentos no interior do útero, onde se atopa o óvulo que se vai extraer.

OS DILATADORES OU ESTEROMETROS: Son sondas maleábeis de caucho, de diámetro crecente, que se introducen no orificio do cuello do útero (é o buraco que se sente cando se introduce un dedo no fondo da vaxina). A súa tarefa é dilatar suavemente o orificio do cuello sen poñelo en perigo co fin de que deixe pasar o derradeiro e máis importante instrumento.

A CANULA DE ASPIRACION DE KARMAN: Con ela trátase de desprender o óvulo do interior do útero e evacuar os restos embrionarios ao exterior. É un tubo de plástico maleábel, que ten o extremo redondeado e brando para evitar a perforación do útero, con dous cortes, dúas aberturas que deixen aspirar o contido do útero. Existe en moitos tamaños, segundo o tempo de gravidez: SOLO SERVE UNHA VEZ.

O EQUIPO DE ASPIRACION: Serve para producir un vacío, cunha boquilla acoplada á cánula mediante un tubo. Neste xeito aspiranse os restos embrionarios ao exterior. Para producir o vacío na boquilla utilizaráase un motor eléctrico, que pode ser un "mural" como nos hospitais, unha bomba de auga como nos laboratorios, unha bomba de aspiración manual, etc. É esencial que a presión orixinada na boquilla sexa suficiente-mente forte para aspiralo todo, pero tampouco excesivamente forte para non poñer en perigo as paredes do útero.

Algúns equipos sérvense dunha gran xeringa acoplada directamente á cánula, e forman a depresión tirando do émbolo.

ENTRES NOS INSTRUMENTOS METÁLICOS:

Unha pinza de POZZI, que non fai dano e permite a o operador manter o cuello do útero en posición fixa, mentres introduz os dilatadores e a cánula; outra pinza coa cal se coloca unha compresa para desinfectar a vaxina, con antiseptico.

Retírase despois a cánula, límpase de novo a vaxina e verificase que xa non sae sangue do cuello. Retírase o espéculo ou pico de pato.

Nas días seguintes

É preciso tomar algunhas precaucións:

- Observar a temperatura, para asegurarse de que non existe infección.

- Non debe meterse nada na vaxina durante 8 días: nin ducha vaginal, nin tampón hixiénico nin tomar baños (excepto duchas), nin ter relacións sexuais vaxinais.

Todo isto é para non expoñernos a introducir microbios no útero polo cuello, que continúa entre aberto (o médico, a miúdo, receita antibióticos, como medida de precaución).

RESUMINDO:

O aborto por aspiración é simple e breve. Debe facerse en condición esterilizadas. Ten dous momentos desagradabeis para a muller:

1.- A dilatación, que orixina contraccións un tanto dolorosas na muller que nunca tivo fillos pero moi pouco nas demais.

2.- A aspiración, que as veces é moi dolorosa, pero é moi breve (perto de 5 minutos). Por regra xeral é soportábel.

Frente a esta dor, de difícil previsión, pode reaccionar a muller de distintos xeitos. Convén saber que é moito máis fácil de soportar cando comprendiu ben dezanantes cal é a técnica e pode deste xeito, prepararse para os momentos máis dolorosos; se primeiro ten algunha conversa co operador e este esperta a súa confianza e se ademais está con ela alguén que poda axudála, distraela e relatarlle a intervención, a muller pode participar, poderáselle facer comprender que sexa cal sexa o grao do embarazo, non vai durar moito tempo e rematará no intre no que se retire a cánula.

No caso de que a muller se sinta capaz de asumir este trance, elo permítelle inteiramente o aborto e non manterse pasiva.

- Para comprender cada xesto e adeprender a coñecer mellor o seu corpo.
- Terá controlado o curso do aborto, e poderá sinalar ao operador os xestos que lle causan dores e se pode continuar a operar ou pedir que pare un pouco até que ela recupere o seu control.
- Terá a seguridade de ter abortado efectivamente.
- Poderá facer preguntas nas que nunca pensara denantes.

DESDE O PONTO DE VISTA DA SAUDE

Ben aplicado, non provoca ningún deterioro no aparato xenital da muller, sobre todo non traumatiza o cuello da matriz, como soe suceder nos raspados e non impide en absoluto ter fillos no futuro.

DESDE O PONTO DE VISTA XINECOLOXICO

A muller manténse conscente, pode controlar o que fan con ela e ser informada a cada paso. Este aspecto é fundamental para nós e por iso insistimos nelo.

A muller sigue sendo íntegramente unha persoa, non se convirte nunha "paciente"; aínda que teña que recorrer a unha técnica médica, non precisa entrar no ciclo de hospitalización que a separa do mundo.

DESDE O PONTO DE VISTA SOCIAL

Proporcionáanos a seguridade de non ter que interrumpir o noso traballo e as nosas actividades, non ter que separarnos das nosas familias (Mái de familia e menores).

DESDE O PONTO DE VISTA ECONOMICO

Exiximos o aborto gratuíto, é dicir, que sexa pagado pola Seguridade Social, tanto máis que o custo social deste tipo de aborto é mínimo, comperado co peso que representa para a colectividade as complicacións do aborto clandestino. Este custo é moi cativo xa que non precisa imobilización nunha cama de hospital, e porque non precisa dunha anestesia xeral.

Despóis disto, rematado o aborto poderá voltar a súa vida cotidiana na hora ou horas seguintes. No caso de que prefira estar dormida, a operación desenvolverase baixo anestesia xeral, na mesma forma e sen incontinentes. Entón é preciso quedarse de 24 a 48 horas no hospital.

INTERVENCION

A intervención en sí é de fácil comprensión se se coñece a utilidade dos instrumentos; practícase en posición xinecolóxica. Despóis de colocado o "PICO DE PATO" e desinfectada a vazina, a Pinza de Pozzi fíxase sobre o borde do cuello. Despóis comeza a operación ca dilatación coas sondas que é moito máis rápida, pero que as veces produce, sobre todo nas mulleres que non tiveron fillos contraccións un pouco dolorosas, igual que as regras. Cando a última sonda (dilatador) que corresponde ao calibre da cánula de aspiración pasou, substitúese por esta cánula e acópase no sistema de aspiración.

Imediatamente obsérvase a saída dalgún sangue e de fragmentos máis claros, que son os restos do óvulo.

O operador imprime movementos cara adiante e cara atrás e de dereita a esquerda na cánula para desprender mellor o óvulo e as súas membranas.

Despóis dalgúns minutos:

- Ela non see nada polo aspirador.
- A muller sente unha forte contracción, parella á do parto ou durante unha regra dolorosa.
- O operador sente o contacto inucoso no extremo da cánula - é o sinal de que o útero está valdeiro.

ESTAS TRES SINÁIS PRBAN QUE O ABORTO REMATOU.

O CAL SIGNIFICA PARA NOS QUE O ABORTO
DEBE FACERSE POR ESTE METODO; E ASI
DEBEMOS EXIXIRO DAS INSTITUCIONS PU/
BLICAS!!!

Precísanse boas condicións de práctica médica, e isto soio pode conquerirse legalizando o aborto. Pero non exiximos moito máis aínda:
EXIXIMOS UNHA INFORMACION COMPLETA, sobre todo no referente ao noso corpo, ou sexa, sobre as técnicas de aborto neste caso, o que contribuíría a simplificar o seu desenrrolo e a respetaræ nos como seres humáms. EXIXIMOS UNHA INFORMACION COMPLETA SOBRE TODOS OS METODOS ANTICONCEPTIVOS e os avsnce máis modernos neste campo. Non nos esquezamos que despóis do aborto, esta cuestión volta ser de interés primordial para nós.