

Aborto espontáneo

¿Qué es?

- Aborto espontáneo es la pérdida de un embarazo antes de las 20 semanas o el 5º mes de embarazo.
- Del 10 al 15% de los embarazos se pierden debido al aborto espontáneo.
- La mayoría de abortos espontáneos ocurren en las primeras 12 semanas o tres meses del embarazo.
- Puede comenzar cuando la mujer tiene síntomas de cólicos y sangrado.
- Algunas veces el médico puede determinar que el embarazo no funcionó usando ultrasonido. Además hay análisis de sangre que pueden indicar al médico que habrá un aborto espontáneo antes de que lo indique el cuerpo de la mujer.

¿Qué debería saber o a que debería estar atenta?

- Comenzar a sentir cólicos o tener sangrado no siempre significa que va a tener un aborto espontáneo. Si el movimiento del corazón del bebé se ha visto o escuchado antes en el embarazo, hay una buena probabilidad de que todo estará bien. Asegúrese de llamar a su médico para estar segura.
- Normalmente no hay nada que podría haber hecho para no tener un aborto espontáneo. No debe sentirse culpable. No hay nada que usted o el médico podría haber hecho para prevenirlo.
- Si alguien ha tenido uno o dos abortos espontáneos en el pasado es todavía muy probable que tenga un embarazo saludable la próxima vez.
- Muchas veces la causa de un aborto espontáneo son problemas con los genes. Esto puede ocurrir sólo en el embarazo que se perdió. No significa que el siguiente embarazo tendrá los mismos problemas.
- Su médico puede sugerir que consulte con un asesor genético para ayudarlo a saber qué ocurrió o cuál es la probabilidad de tener otro aborto espontáneo. Primero verifique si está cubierto por su seguro.

Recuerde...

- Puede tomar tanto como dos a tres meses para que su cuerpo se recupere de un aborto espontáneo. Tenga paciencia con su cuerpo.
- Es mejor esperar al menos tres meses después de un aborto espontáneo para tratar de quedar embarazada nuevamente. Asegúrese de usar un buen control de la natalidad si tiene relaciones sexuales. Hable con su médico sobre sus opciones.
- La recuperación emocional de un aborto espontáneo toma mucho más tiempo que la recuperación del cuerpo. Es normal sentirse triste y pensar en su bebé con frecuencia.
- Cuídese bien. Coma bien y descanse bastante.
- Hay grupos de apoyo que le pueden ayudar con lo que siente. También ayuda el conversar con otras mujeres que han pasado por lo mismo. Pida a su médico ayuda para encontrar a alguien con quien hablar. Puede ayudar mucho.