



¿CÓMO ABORTAR EN CASA DE FORMA SEGURA CON MEDICAMENTOS HASTA LAS 12 SEMANAS?

#AbortarEsTuDerecho

Redacción:

Adolescentas, integrantes de la "Red Sitlali Iselti"

Katia Selene Morales Montalvo

Lizeth Clavellina Ángeles

Alan Javín Álvarez Ríos

Revisión:

Analeni Orozco Martínez

Primor Xóchitl Fernández Vargas

Yuritzi Mariana García Camacho

Colaboración:

Angélica Itzel Cano López (Comunicación y vinculación institucional)

Claudia Velázquez Granados (Comedor comunitario)

Rafael Castelán Martínez (Fortalecimiento institucional)

Yahir Alejandro Peralta Reyes (Administración y procuración financiera)

Daniel Agustín Galindo López (Operatividad de proyectos)

Diseño y maquetación e ilustraciones:

María Michelle Velasco

Agradecimientos:

The Minga Foundation

Fondo Semillas A.C.

Referencia:

Servicios de Inclusión Integral y Derechos Humanos A.C. (2025).

¿Cómo abortar en casa de forma segura con medicamentos hasta las 12 semanas?

<https://seiinac.org.mx/publicaciones1.php>

Servicios de Inclusión Integral y Derechos Humanos A. C. (SEIINAC)

1a Cda. Galeana 101. Col. Centro, Pachuca de Soto, Hidalgo. C. P. 42000



771 133 60 44



www.seiinac.org.mx



contacto@seiinac.org.mx



CC BY-NC-ND 4.0 LEGAL CODE
Attribution-NonCommercial-NoDerivs 4.0 International

Contenido

Un mensaje para ti	4
Presentación	5
01 ANTES	7
Formas seguras de interrumpir un embarazo	7
Aborto con medicamentos	7
¿Cómo funcionan?	8
Misoprostol solo	8
Régimen combinado (mifepristona + misoprostol)	8
¿Dónde puedes conseguir el medicamento para abortar?	8
Revisa las siguientes consideraciones:	9
¿Qué vas a necesitar?	11
02 DURANTE	15
OPCIÓN 1 Procedimiento con misoprostol	15
OPCIÓN 2 Procedimiento combinado	16
(Mifepristona y misoprostol)	
03 DESPUÉS	22
¿Cómo saber si el procedimiento fue exitoso?	22
Consideraciones después del aborto	22
Directorio de Aborto en Hidalgo	24
Aborto en caso de violencia sexual (Norma Mexicana 046)	27
Directorio de Agencias del Ministerio Público	28
Mitos sobre el aborto: lo que es falso	31
Preguntas frecuentes sobre el aborto	33
Referencias	36

Un mensaje para ti:

Esta guía existe porque creemos firmemente que abortar es un acto de cuidado, autonomía, respeto y amor.

Desde hace mucho tiempo, las mujeres y personas gestantes han abortado, lo han hecho en todo el mundo, en distintas situaciones, muchas veces en silencio, con miedo o sin nadie que les acompañe.

Sabemos que muchas veces se ha usado la culpa o el pecado para controlar nuestros cuerpos y decisiones. Pero eso no tiene por qué seguir siendo así, **tienes derecho a decidir** sobre tu cuerpo, tu salud, tu vida, si quieres matenar o no. Tienes derecho a interrumpir un embarazo no deseado **sin culpa, sin miedo y sin que nadie te diga qué hacer desde el juicio o la presión.**

Tomar una decisión con información, sin juicios y con libertad te libera de la culpa que muchas veces viene de creencias o mandatos que lastiman, y que no representan el amor ni la justicia.

Nosotras creemos en el respeto, en acompañarnos sin juzgar, y en una red donde **nos cuidamos en conjunto con ternura y libertad.**

Antes de seguir leyendo esta guía, te invitamos a hacerte las siguientes preguntas con calma:

¿Quiero gestar en este momento de mi vida, o no es parte de lo que deseo ahora? (Piensa si realmente es un deseo tuyo hoy, o si sientes que estás decidiendo por presión, miedo o culpa).

¿Qué opción me hace sentir con mayor tranquilidad, seguridad o fiel a lo que soy? (No se trata de lo “correcto” para todas las personas, sino de lo que te da paz y autonomía.)

Sea cual sea tu respuesta, queremos que sepas que **no estás en soledad**. Esta guía existe para **acompañarte**, para **acompañarnos**. Queremos que tengas información clara, práctica y útil y esperamos que encuentres lo que necesitas para decidir, para cuidarte y para atravesar este proceso con el menor miedo y la mayor calma posible.

Presentación

¡Hola! Soy **Sitlali**, vivo en la Huasteca hidalguense y estoy aquí para compartirte esta guía, hecha para **acompañarte** si has decidido interrumpir un embarazo, con información confiable y clara para ti.

Esta guía está basada en las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS), la Federación Internacional de Ginecología y Obstetricia (FIGO) y considerando el Lineamiento Técnico para la atención del Aborto Seguro en México (2022).

Cuando hablamos de **aborto en casa**, nos referimos a los procesos en los que una persona, con acceso a información segura y acompañamiento, puede llevar a cabo la interrupción de un embarazo, eligiendo un espacio por ser seguro y cómodo, utilizando medicamentos recomendados por la Organización Mundial de la Salud. **Autogestionar** un aborto no significa hacerlo en soledad, ni sin apoyo; más bien, es una forma de tomar decisiones sobre el propio cuerpo con autonomía, confianza y redes de cuidado.



También es útil si vas a acompañar a alguien o si simplemente quieres conocer más sobre el proceso.

#AbortarEsTuDerecho



Suprema Corte
de Justicia de la Nación

¿Sabías que...? La Suprema Corte de México dispone que: **ninguna mujer o persona con capacidad de gestar debe ser criminalizada por abortar**, ya que vulnera sus derechos humanos.



Con este respaldo, en **Hidalgo** desde el **2021**, **es tu derecho interrumpir el embarazo** por tu propia decisión hasta las 12 semanas. También es legal por otras razones como riesgo a tu salud o por violación y se puede ejercer en cualquier semana de gestación.

Importante:

La mayoría de las personas puede seguir esta guía de manera segura y sin complicaciones, pero existen situaciones particulares que pueden requerir atención médica específica, principalmente si tienes 14 años o menos. Esta información no reemplaza una valoración profesional integral. Se recomienda contar con acompañamiento y tener identificado un servicio de salud por cualquier eventualidad.

01 ANTES

Formas seguras de interrumpir un embarazo

Queremos que sepas que la OMS recomienda el aborto con medicamentos y la AMEU como métodos principales, por ser más seguros, menos invasivos y más accesibles.

Aborto con medicamentos	Aspiración Manual Endouterina (AMEU)
Mediante el uso de medicamentos como mifepristona y misoprostol para provocar la expulsión del producto.	Es un procedimiento ambulatorio, donde se usa un instrumento (cánula con jeringa) para aspirar el contenido del útero.
¿Dónde se puede hacer? Puede hacerse en casa (con seguimiento), o bien en clínicas de salud públicas o privadas.	¿Dónde se puede hacer? En clínicas u hospitales, realizado por personal capacitado.

Aborto con medicamentos

Como sabes, en esta guía encontrarás información acerca de cómo abortar con medicamentos y aquí comenzamos.



¿Cómo funcionan?

Misoprostol solo	Régimen combinado (mifepristona + misoprostol)
Se usa cuando usualmente no se tiene acceso a la mifepristona. Provoca contracciones del útero, lo que genera un sangrado similar a una menstruación abundante y por consiguiente la expulsión del producto. Misoprostol: Medicamento que provoca contracciones y dilata el cuello uterino para expulsar el producto.	Se usa cuando están disponibles ambos medicamentos. Consiste en tomar primero mifepristona, que detiene el embarazo, y luego, unas horas después, usar misoprostol, que provoca contracciones y sangrado para expulsarlo, que suele parecerse a un aborto espontáneo¹ o a una menstruación fuerte. Mifepristona: Es un medicamento que bloquea la hormona llamada progesterona, encargada del desarrollo del embarazo. ¹Aborto espontáneo: se refiere a la interrupción inesperada de un embarazo antes de las 24 semanas completas.

¿Dónde puedes conseguir el medicamento para abortar?



Servicios de salud públicos que ofrecen el acceso al aborto seguro (gratuito).

Misoprostol en farmacias de patentes o genéricas, en algunos establecimientos solicitan receta, pero en su mayoría se vende sin este requisito (el costo puede variar de entre \$400 a \$800 MXN). *Estos costos fueron consultados a principios del año 2025 en Hidalgo.

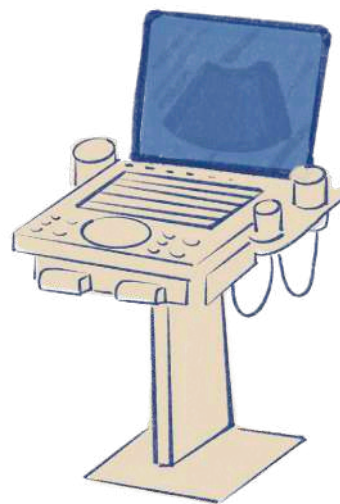
La mifepristona no se vende sin receta en México, incluyendo el estado de Hidalgo. Para acceder a ella, necesitarás acudir a una clínica u hospital que ofrezca el Servicio de Aborto Seguro.

Revisa las siguiente consideraciones:

1. ¿Ya confirmaste que tienes un embarazo?

Puedes confirmarlo por medio de estas opciones:

- Con ultrasonido/ecografía (es lo más recomendable para saber número de semanas y descartar embarazo ectópico)
- Con prueba de laboratorio y/o
- Con prueba rápida de embarazo



2. ¿Ya sabes cuántas semanas tienes?

Puedes saberlo de distintas formas:

- Por **ultrasonido/ecografía** (recomendado).
- Contando desde el primer día de tu última menstruación hasta hoy.

Si tienes alguna de las siguientes señales y/o síntomas, deberás realizar la interrupción del embarazo bajo supervisión y atención médica obligatoria en los servicios de salud:

■ **Síntomas que pueden indicar un embarazo ectópico, es decir fuera del útero:**

- Dolor fuerte en un solo lado del vientre
- Sangrado irregular o persistente
- Mareos o sensación de desmayo

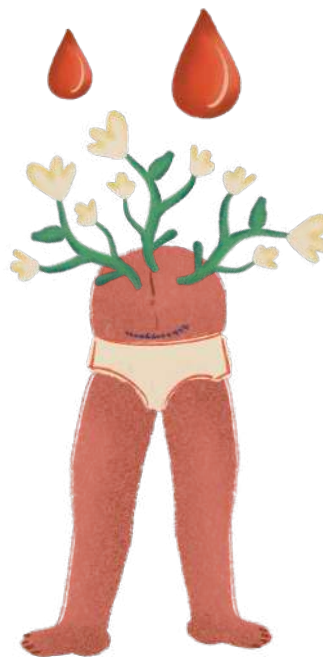
■ **Cirugías uterinas recientes:** cesáreas, miomas, malformaciones uterinas (anomalías en la estructura del útero que están presentes desde el nacimiento o se desarrollan a lo largo de la vida.)

■ **Infecciones vaginales graves o cirugías en trompas uterinas.**

■ **Anemia severa:** debilidad extrema como falta de aire al realizar esfuerzos físicos y disminución anormal del color normal de la piel en todo el cuerpo (palidez).

■ **Bajo peso** (Los síntomas pueden incluir: cansancio extremo o ausencia de menstruación)

En el siguiente QR puedes calcular tu Índice de Masa Corporal (IMC) y saber si tu peso está por debajo de lo esperado.



■ **Problemas de coagulación:** si tomas anticoagulantes u otros tratamientos crónicos.

■ **Trombocitopenia PTI:** Síntomas como moretones que aparecen fácilmente, sangrado en la piel en forma de pequeñas manchas rojas o moradas “petequias”, sangrado de encías o nariz, orina o heces con sangre, flujos menstruales muy abundantes.

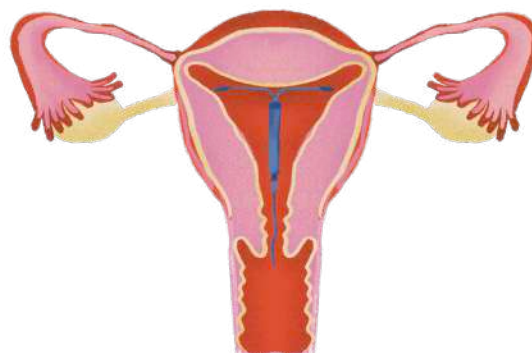
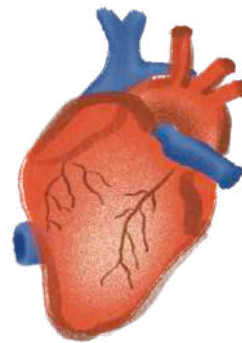
■ **Problemas graves de corazón, pulmones o asma severa.**

■ **Trastornos hormonales:** como insuficiencia suprarrenal o uso prolongado de esteroides.

■ **Tratamiento psiquiátrico o epilepsia:** algunos medicamentos pueden interferir con las pastillas.

■ **Sospecha de alergia a las pastillas:** si alguna vez tomaste mifepristona o misoprostol y tuviste ronchas, hinchazón, dificultad para respirar, mareo fuerte.

■ **Si tienes un DIU (hormonal o de cobre):**
Es necesario que lo retiren antes del procedimiento.



Si tienes alguna duda o consideras estar en alguna de las situaciones anteriores, busca orientación médica antes de continuar:

Al final de la guía encontrarás un directorio de clínicas y hospitales en Hidalgo.

Escanea el QR para encontrar los hospitales y unidades que ofrecen aborto seguro en Hidalgo y en otros estados



Esta decisión es sólo tuya y mereces tener un bienestar integral independientemente de los motivos que te llevaron a tomar esta decisión.

¿Qué vas a necesitar?



Si ya revisaste todo lo anterior y confirmaste que puedes seguir con el aborto en casa, es momento de prepararte para el proceso.

En el siguiente apartado te contamos qué acciones puedes tomar **antes, durante y después** del procedimiento.

- ✓ Tener un espacio confortable donde puedas descansar y que cuente con un baño.



- ✓ Estar en compañía de una o varias personas que sean cercanas a ti y con quienes desees compartir este proceso.

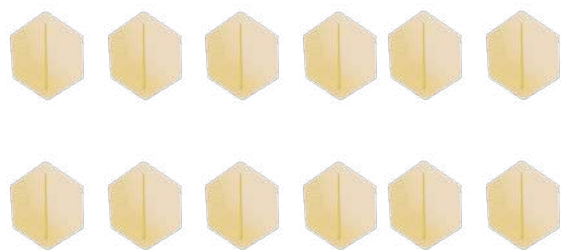


- ✓ Organízate para tener el tiempo y espacio que necesitas:
 - 1 día antes del procedimiento, para prepararte física y emocionalmente.
 - 1 día durante, para estar en un lugar seguro, privado y cómodo.
 - 1 día después, para descansar,



- ✓ Comer algo rico y cuidar de ti.

OPCIÓN 1 Procedimiento con misoprostol



Si el procedimiento será solo con **misoprostol** vas a necesitar:

12 pastillas de misoprostol

de 200 mcg cada una.

OPCIÓN 2 Procedimiento con misoprostol y mifepristona



Si el procedimiento es con el régimen combinado

mifepristona y

misoprostol vas a necesitar:

1 pastilla de mifepristona

de (200 miligramos) cada una.

4 pastillas de misoprostol de

200 mcg cada una.

Medicamentos que te ayudarán con los síntomas de dolor:

Opción 1

Ibuprofeno:

Si pesas menos de 50 kg:
1 tableta de 400 o 600 mg.
cada 8 horas.



Si pesas más de 60 kg:
1 tableta de 800 mg. cada 8 horas.

Opción 2

Naproxeno:

550 mg: 1 tableta cada 8 horas.



Opción 3

Diclofenaco:

50 mg: 1 tableta cada 8 horas.

100 mg: 1 tableta cada 12 horas.



NOTA:

Si decides usar alguno de estos medicamentos solo puedes ocupar una opción, recuerda y/o asegurarte de no tener alergia al medicamento.

¿Qué otras cosas vas a necesitar?



Toallas de gestión menstrual nocturnas:

Evitar:

- Tampones.
- Copas menstruales.

Se recomienda evitarlos debido a que el cuello uterino puede permanecer ligeramente abierto, lo que aumenta el riesgo de infecciones. Además, el uso de estos productos puede dificultar la observación del sangrado y la detección de posibles complicaciones.



Termómetro.

Se recomienda usar el digital (oral o axilar) o el infrarrojo (frente u oído).

Lo usarás para monitorear tu temperatura durante el procedimiento.

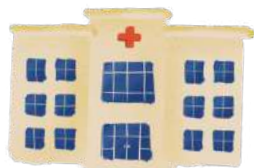
El termómetro de mercurio no es recomendado por su toxicidad y riesgo de ruptura.



Mantenerte con hidratación:

- Puedes tomar agua
- Suero
- Agua mineral

Hidratarte ayudará a disminuir las náuseas que pueden aparecer por el uso del misoprostol.



Ubicar la unidad de salud más cercana y tener un número de contacto.

De preferencia que no esté a más de 40 minutos de distancia.

Al final de la guía encontrarás un directorio de clínicas y hospitales en Hidalgo.



Si estás lactando, toma en cuenta esto:

No es necesario suspender la lactancia al usar mifepristona o misoprostol durante el proceso de interrupción. La cantidad de ambos medicamentos que pasa a la leche humana es mínima y no se considera riesgosa para el bebé. Puedes continuar amamantando de manera cotidiana o suspenderla si así lo decides.



Si **tomas aspirina, suspende 3 días** antes de iniciar el procedimiento.

Evitar el consumo de bebidas alcohólicas, cigarrillos o sustancias psicoactivas al menos 24 horas antes del procedimiento. Puesto que son coagulantes.

¿Ya tienes listos los materiales?

Ahora, es importante saber que algunos alimentos pueden ayudarte a prepararte mejor para el proceso y también a recuperarte más rápido.

A continuación te comparto algunos:



Avena

Rica en minerales, proteínas y vitaminas. Te da fuerza y energía. Puedes comerla en el desayuno con licuados, leche o agua caliente.



Espinacas, lentejas y acelga

Altas en hierro, minerales y calcio, fortalece tu sistema inmunológico. Lávalos muy bien antes de consumirlos. Las espinacas y acelga puedes comerlas crudas o cocinadas.



Almendras y nueces

Son fuente de gran energía, benefician el sistema nervioso y cardiovascular, ayudan con la sensación de cansancio. Puedes hacer leche de almendras o nueces.



Plátano

Son digeribles, estimulan muy poco el colon, lo que reduce las molestias gástricas y contienen una cantidad elevada de potasio.



Arroz

Es digerible y, al igual que el plátano, estimula muy poco el colon y contiene una cantidad elevada de potasio.



Infusiones o té

Manzanilla (relaja).

Lavanda (relaja).

Naranja (usar las hojas del árbol; relaja e induce el sueño).

Menta (disminuye las náuseas y alivia dolores menstruales).

Sugiero evites los siguientes alimentos y bebidas:

-Bebidas energéticas o azucaradas.

- Alimentos estimulantes como el chocolate y café.



“Una persona que decide interrumpir un embarazo merece los mismos cuidados que una persona que desea continuar con el embarazo”

02 DURANTE

OPCIÓN 1 Procedimiento con misoprostol

Necesitas:

1. Tener listas las 12 pastillas de misoprostol de 200 mcg.
2. Comer algo ligero antes de empezar.
3. Una hora antes de tomar el misoprostol, toma 1 pastilla de ibuprofeno de 400 mg.
4. Si tienes dolor, puedes seguir tomando 1 pastilla de ibuprofeno cada 8 horas, durante los siguientes 3 días.

Ten en cuenta:

El misoprostol puede causar algunos efectos secundarios como náuseas, fiebre y diarrea.

¿Qué hacer si vomito después de la toma de alguna de las dosis?

- Si vomitas antes de 30 minutos de haber tomado las pastillas, es posible que el medicamento no haya hecho efecto y debas repetir la dosis.
- Por tanto se recomienda tener una dosis extra por si se necesita en este caso.
- Si vomitas después de 30 minutos, ¡mantén la calma! El medicamento ya habrá sido absorbido y seguirá funcionando.

Es importante que tomes las 3 dosis (12 pastillas en total) de misoprostol aunque sientas que ya se expulsó el producto.

Paso 1

Coloca **4 pastillas de misoprostol de 200 mcg** entre la encía y el cachete (2 de cada lado).

Manténlas ahí **30 minutos** hasta que se disuelvan.

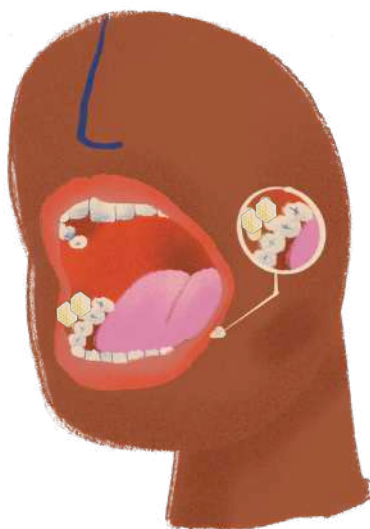
Si quedan restos, pásalos con agua (es normal que quede sensación pastosa).

Espera **3 horas** antes del siguiente paso.

¿Cuándo empieza el sangrado?

El sangrado suele comenzar unas **4 horas después de la primera toma**.

Puede durar entre **3 y 7 días** y continuar de manera intermitente hasta por **3 semanas**, dependiendo de cada cuerpo.





Paso 2

Pasadas **3 horas**, repite la misma dosis:

4 pastillas de misoprostol (200 mcg), 2 de cada lado y entre la encía y el cachete.

Manténlas 30 minutos hasta que se disuelva.



Lo que puedes esperar durante el proceso:

Incluso si ya tomaste medicamentos para el dolor, es común que tengas:

- Dolor en la parte baja del abdomen y cólicos.
- Sangrado vaginal.

Es muy probable que el dolor sea más intenso y el sangrado más abundante que en una menstruación cotidiana.

¡No te preocupes! Esto es esperado.

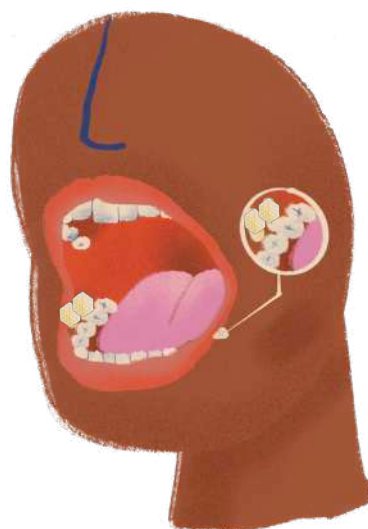
Lo importante es que completes el proceso y tomes las 12 pastillas.

Paso 3

Pasadas otras **3 horas**, repite por última vez:

4 pastillas de misoprostol (200 mcg), 2 de cada lado entre la encía y el cachete.

Mantenlas ahí durante 30 minutos hasta que se disuelvan.



¿Qué pasa después de terminar las dosis?

En las 24 horas siguientes a la última toma de misoprostol, tu cuerpo comenzará a expulsar, junto con el sangrado:

- Coágulos de diferentes tamaños (dependiendo de las semanas de gestación)
- Tejidos del contenido uterino
- El saco gestacional

Si no tienes sangrado inmediato o es muy ligero ¡no te asustes!

El medicamento puede actuar de forma diferente en cada cuerpo; ten paciencia.

¿De qué tamaño es la expulsión?

5 a 6 semanas



7 a 8 semanas



9 a 10 semanas



11 a 12 semanas



OPCIÓN 2 Procedimiento combinado (mifepristona y misoprostol)

Necesitas:

1. Tener listas: **1 pastilla de mifepristona** (200 mg) y **4 pastillas de misoprostol** (200 mcg cada una).
2. **Comer algo ligero** antes de iniciar la toma de misoprostol.
3. 1 hora antes de tomar el misoprostol, puedes tomar **1 pastilla de ibuprofeno** (400 mg) y sigue tomando 1 cada 8 horas durante los próximos 3 días para el manejo del dolor.

Nota:

Es posible que solo uses 4 pastillas, pero es importante tener otras 4 a la mano por si necesitas repetir la dosis.



Paso 1

Toma **1 pastilla de mifepristona** (200 mg) por vía oral.

Este medicamento bloquea la progesterona, una hormona necesaria para mantener el embarazo.



Paso 2

Después de 24 a 48 horas, toma el **misoprostol**:

Usa **4 pastillas de 200mcg**: coloca 2 en cada lado de tu boca, entre la encía y la mejilla.

Manténlas ahí **30 minutos** hasta que se disuelva.

Si quedan restos, puedes pasarlos con agua.

Si no tienes sangrado ni cólicos después de 3 horas:

Puedes repetir la dosis de misoprostol usando otras 4 pastillas de 200mcg, siguiendo las mismas instrucciones.

Nota:

Si tomas la mifepristona pero no usas el misoprostol después, es posible que el procedimiento no se complete y el embarazo continúe.

Posibles efectos secundarios:

Cada aborto es distinto y puede que los efectos secundarios del medicamento sean diferentes en cada cuerpo y no sucedan en un mismo orden. Después de tomar el medicamento se puede esperar:

- Dolor en la parte baja del abdomen y zona pélvica
- Cólicos
- Sangrado
- Diarrea
- Escalofríos
- Vómito
- Dolor de cabeza
- Fiebre
- Náuseas



Si tienes náuseas, puedes usar alguno de estos medicamentos
(sólo usar uno de estos medicamentos a la vez):



Ondansetrón: 4 a 8 mg vía oral, cada 12 horas, según lo necesites.



Prometazina: 25 mg vía oral, cada 4 a 6 horas, según lo necesites.



Difenhidramina: 50 mg vía oral, cada 6 a 8 horas, según lo necesites.

Nota importante:

Estos efectos secundarios suelen desaparecer en un máximo de 24 horas después de tomar la última dosis y **no requieren atención médica**. Deben desaparecer en un máximo de **24 horas** después de tomar la última dosis de misoprostol.

Manejo del dolor

Es normal sentir molestias o cólicos durante el proceso. Aquí te compartimos algunas formas de ayudarte a estar con mayor comodidad:



Busca un lugar cómodo y tranquilo, donde puedas relajarte.

Date masajes suaves donde sientas más molestia o pide a alguien de confianza que te masajee suavemente la espalda baja.

Usa una bolsa o botella con agua tibia, o un saquito de semillas térmico sobre el abdomen para aliviar los cólicos.

En caso de fiebre, es recomendable beber abundante agua y tomar baños con agua tibia. También puedes colocar compresas frescas sobre el abdomen o la frente. Evita aplicar alcohol directamente sobre la piel.

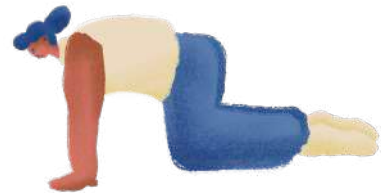
Respira lento y profundo para relajar el cuerpo y disminuir el dolor.

Repite frases que te den confianza, como:
"Mi cuerpo sabe lo que hace."
"Estoy tomando una decisión por mí."



Si lo deseas, puedes hacer algunos movimientos suaves para ayudar a tu cuerpo, siempre con tranquilidad, **sin forzarte**.

- 1. Posición de gato (gato-vaca):**
Alterna entre encorvar y arquear la espalda (como lo muestra la imagen). Esto ayuda a abrir la zona de la vagina y facilita el proceso.





2. Sentadillas suaves con las rodillas separadas: Colócate en una posición de cuclillas relajada, con las piernas abiertas. Esto permite que la zona pélvica se abra y ayude al cuerpo a expulsar.

¿Cuándo buscar atención médica?

Signos de alerta:

Durante el proceso, pon atención a cómo se siente tu cuerpo. Busca apoyo médico de inmediato si notas alguno de estos signos:

- Tienes fiebre mayor a 38 °C que no baja después de 12 horas.
- Te sientes con mareo, palidez o notas que tu corazón late muy rápido.
- Llenas 2 o más toallas nocturnas por hora, por 2 horas seguidas.
- La sangre tiene un olor fuerte o desagradable.
- Te salen ronchas, se te hincha la cara o el cuerpo, o te cuesta trabajo respirar.



¡IMPORTANTE! Si presentas alguna señal de alarma, acude lo antes posible a un servicio de urgencias. Al llegar, explica lo que sientes físicamente como dolor, sangrado, fiebre, mareos.

¡Recuerda!

Nadie puede denunciarte por buscar atención.
Tienes derecho a ser atendida con respeto y sin prejuicios.
Si enfrentas malos tratos o te niegan atención, contáctanos al
771 133 60 44



**No eres una persona egoísta ni mala por tomar esta decisión.
Priorizar tu bienestar también es un acto de amor.**

03 DESPUÉS

¿Cómo saber si el procedimiento fue exitoso?

Puedes confirmarlo de dos maneras:

Opción 1

Puedes hacerte un ultrasonido 2 semanas después del procedimiento. (Recomendable)

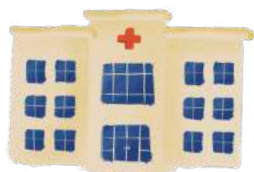
Opción 2

Puedes realizarte una prueba de embarazo de farmacia 4 semanas después del procedimiento.



¿Qué pasa si el procedimiento no fue exitoso o no se completó?

¡No te preocupes! Debes asistir a atención médica para continuar, comparte el procedimiento utilizado al personal de salud médico y te orientarán para completar el procedimiento.



Recuerda que casi al final de la guía encontrarás el directorio de clínicas y hospitales.

Consideraciones después del aborto

El sangrado puede durar solo unos días o hasta el momento en que te tocaría tu próxima menstruación.

-En estos días posteriores de sangrado lo recomendable es que sigas utilizando toallas de gestión menstrual.

X No tampones.

X No copas menstruales.

- Es normal que tu ciclo menstrual cambie temporalmente.
- No necesitas usar una faja, ni aplicar presión en el abdomen.
- Evita actividades físicas muy intensas; tu cuerpo necesita descanso.
- Mantente con tranquilidad: si quedan restos, el cuerpo suele expulsarlos por sí solo.
- Puedes volver a tener relaciones sexuales cuando te sientas física y emocionalmente con preparación para hacerlo.
- Si no desees un nuevo embarazo, puedes solicitar un método antifecondativo en el sistema de salud, ya que la fertilidad suele regresar pocos días después de la interrupción.



**Continuar con el embarazo y abortar son tus derechos.
En ambas decisiones mereces respeto,
apoyo y amor.**

Directorio de Aborto en Hidalgo

En el estado de Hidalgo, desde de julio del 2021 **el aborto se encuentra despenalizado hasta las 12 semanas de gestación.**

Por tanto **el servicio de aborto seguro se ofrece en los servicios de salud pública de algunos hospitales y unidades médicas del estado de Hidalgo.**

A continuación te compartimos cuáles son:



Directorio Aborto Seguro en el Estado de Hidalgo

Unidad médica	Municipio	Horario de atención	Contacto	Dirección
Hospital Regional del Valle del Mezquital	Ixmiquilpan	Lunes a viernes de 08:00 a 13:00 y 14:00 a 19:00.	759 727 1238 759 727 1239 Nivel estatal 771 719 4046 Ext. 108 771 352 3673	Carretera Pachuca-Ixmiquilpan Km. 64, Taxadho S/N, Col. Taxadho, C.P. 42320
Hospital General Pachuca	Pachuca de Soto	Lunes a domingo 24 horas	771 713 4649 Nivel estatal 771 719 4046 Ext.108 771 352 3673	Carr. Pachuca-Tulancingo No. 101, Col. Cd. de los Niños, C.P. 42070
Hospital Materno Infantil	Pachuca de Soto	Lunes a domingo 24 horas	771 716 6192 771 716 6193 Nivel estatal 771 719 4046 Ext.108 771 352 3673	Manuel Gea González S/N, esquina Av. Francisco I. Madero. Col. Ex Hacienda de Guadalupe.
Unidad Asistencial para Pacientes de Grupos Vulnerables	Pachuca de Soto	Lunes a viernes 08:00 a 16:00 horas	7711532603 Nivel estatal 771 719 4046 Ext.108 771 352 3673	Ciprés S/N, Barrio La Surtidora, C.P 42070, (entrada por Mariano Arista)
Hospital General Tula	Tula de Allende	Martes y jueves de 08:00 a 20:00 horas	773 732 1444 Nivel estatal 7717194046 Ext. 108 7713523673	Carretera Tula-Tepeji km. 1.5, Col. El Carmen, C.P. 42830.
Hospital Integral de Tlanchinol	Tlanchinol	Lunes a viernes de 09:00 a 15:00 horas	774 974 0242 Nivel estatal 771 719 4046 Ext.108 771 352 3673	Domicilio conocido, S/N, Barrio Unidad Deportiva C.P. 43150.
Hospital Zimapán	Zimapán	Lunes a domingo de 08:00 a 15:00 horas	772 1054362 Nivel estatal 771 719 4046 Ext.108 771 352 3673	Carr. México - Ladero km. 112.
Hospital General Apan	Apan	Lunes a domingo 24 horas	748 9127 277 91 272 51 Nivel estatal 771 719 4046 Ext.108 771 352 3673	José Francisco Osorno No. 2 Col. San Rafael.

Unidad médica	Municipio	Horario de atención	Contacto	Dirección
Hospital General Actopan	Actopan	Lunes a domingo 24 horas	7711924340 Nivel estatal 771 719 4046 Ext.108 771 352 3673	Carlos Mayorga No. 55 Col. Chapultepec, Actopan, Hgo.
Hospital General Tulancingo	Tulantepec de Lugo Guerrero	Lunes a viernes de 08:00 a 15:00 horas	775 755 82 50 771 359 5986 Nivel estatal 771 719 4046 Ext.108 771 352 3673	Paxtepec No. 47, Santiago Tulantepec de Lugo Guerrero, Tulancingo, Hgo
Hospital Integral Atlapexco	Atlapexco	Lunes a viernes de 13:00 a 20:30 horas	771 115 5303 Nivel estatal 771 719 4046 Ext.108 771 352 3673	Av. Luis Pasteur No. 265, Col. Valle Verde.
Hospital Comunitario Huehuetla	Huehuetla	Martes a jueves de 08:00 a 20:00 horas	775 228 3540 Nivel estatal 771 719 4046 Ext.108 771 352 3673	Carr. Tulancingo - Huehuetla, Los Mirasoles, Linda Vista S/N.
Hospital General de la Huasteca	Huejutla	Lunes a viernes de 08:00 a 14:00 horas	789 893 3000 Nivel estatal 771 719 4046 Ext.108 771 352 3673	Carr. Nac. México -Tampico, Km. 211.5, Ejido
Hospital General Huichapan	Huichapan	Lunes a viernes de 08:00 a 15:00 horas	773136 2769 Nivel estatal 771 719 4046 Ext.108 771 352 3673	Calle 16 de enero S/N esq. Jorge Rojo Lugo Barrio Abundio Martínez.
Hospital Integral Jacala	Jacala	Miércoles 13:00 a 21:00 jueves 07:00 a 21:00 viernes 07:00 a 15:00 horas	441 293 3375 Nivel estatal 771 719 4046 Ext.108 771 352 3673	Calle Juventino Rosas S/N, Barrio el Cerrito.
Hospital Integral Cinta Larga	Mixquiahuala de Juárez	Lunes a domingo de 07:00 a 20:00 horas	738 725 3604 y 738 725 3660 Nivel estatal 771 719 4046 Ext.108 771 352 3673	Carr. Mixquiahuala - Tula Km. 2.8 No. 3000, Cinta Larga.

Unidad médica	Municipio	Horario de atención	Contacto	Dirección
Hospital Regional Otomí Tepehua	San Bartolo Tutotepec	Lunes y martes 07:00 a 20:00; miércoles 07:00 a 14:00 viernes a lunes 20:00 a 06:00 horas	774 755 3263 Nivel estatal 771 719 4046 Ext.108 771 352 3673	Carr. Tenango - San Bartolo S/N, Col La Magdalena, San Bartolo
Hospital General "Dra. Columba Rivera Osorio" (ISSSTE)	Pachuca	Lunes a viernes de 9:00 a 13 hrs	55 4000 1000	Río Nautla LB, Issste, 42083 Pachuca de Soto, Hgo.
Clínica Hospital Huejutla de Reyes (ISSSTE)	Huejutla		55 4000 1000	La Lomita, 43000 Huejutla de Reyes, Hgo.
Clínica Hospital Ixmiquilpan (ISSSTE)	Ixmiquilpan		55 4000 1000	Conocido en Nith SN, El Nith,, 42320 Ixmiquilpan, Hgo.
Clínica Médica Familiar Cd. Pachuca (ISSSTE)	Pachuca		55 4000 1000	Lic. Javier Rojo Gómez 957, Juan C. Doria, 42083 Pachuca de Soto, Hgo.
Clínica Médica Familiar Mixquiahuala (ISSSTE)	Mixquiahuala	Lunes a viernes de 7:00 a 20:00hrs	55 4000 1000	Plan de Ayala s/n, Reforma, Mixquiahuala de Juárez, Hidalgo, C.P. 42700
Clínica Médico Familiar Tulancingo (ISSSTE)	Tulancingo	Lunes a viernes de 7:00 a 20:00hrs	55 4000 1000	Johann Strauss y Tchaikovsky N° 904, Jardines del Sur, Tulancingo de Bravo, Hidalgo, C.P. 43660

¡Escanea el siguiente código QR para conocer el directorio de los servicios hospitalarios y unidades que ofrecen el servicio de Aborto Seguro en el estado de Hidalgo y en México!



Recomendaciones:

Consulta previa: Es recomendable contactar directamente con la unidad médica u hospital de tu preferencia para confirmar disponibilidad y requisitos específicos.

Algunos requisitos generales que podrían solicitarse son:

En original y copia:

- Identificación oficial (INE/credencial de estudiante)
- CURP
- Comprobante de domicilio
- Confirmación de embarazo (Ultrasonido, prueba de laboratorio y/o prueba rápida)
- Una persona adulta acompañante

Como ya lo mencionamos estos requisitos dependen de cada servicio de salud.

Confidencialidad: Los servicios se brindan con respeto a la privacidad y derechos de las personas usuarias.

Acceso gratuito: La atención es gratuita y accesible para todas las personas que lo requieran.

Aborto en caso de violencia sexual (Norma Mexicana 046)

En México, existe la **Norma Oficial Mexicana 046 (NOM-046-SSA2-2005)** que marca los criterios para la **prevención y atención a la violencia sexual**. En caso de violencia sexual, los servicios de salud pública están obligados a:



- Garantizar atención física y psicológica.
- Brindar métodos anticonceptivos de emergencia y medicamentos para prevenir infecciones de transmisión sexual.
- Garantizar el acceso al aborto sin exigir denuncia de violencia sexual previa ante el Ministerio Público.
- Permitir el acceso al aborto (**Interrupción Voluntaria del Embarazo, IVE**) sin límite de semanas de gestación.
- Ofrecer el servicio a personas mayores de 12 años, sin consentimiento de madre, padre o persona tutora. Si tienes menos de 12 años, la solicitud debe ser hecha por tu madre, padre, tutor/a o la Procuraduría de Protección.
- Informarte sobre tu derecho a denunciar si así lo decides.

Para solicitar una IVE por violencia sexual, solo necesitas presentar una solicitud bajo protesta de decir verdad, declarando que el embarazo es producto de una violación.

Recuerda:

El acceso al aborto seguro en estos casos es una forma de reparación del daño, reconocida por la ley.

Escanea el código QR para obtener el formato de solicitud bajo protesta de decir verdad.



Directorio de Agencias del Ministerio Público

Atención de denuncias / querellas por algún delito

Agencia del Ministerio Público	Municipios de su competencia	Dirección	Horario de atención
Centro de Atención Temprana Actopan	Actopan, El Arenal, Francisco I. Madero, San Agustín Tlaxiaca, Santiago de Anaya, San Salvador	Calle Ignacio López Rayón, número 153, colonia Aviación del municipio de Actopan	24 horas, los 365 del año
Unidad de Investigación Mixta Apan	Apan, Almoloya, Emiliano Zapata	Calle Aldama Poniente, número 17, colonia Centro del municipio de Apan	24 horas, los 365 del año
Unidad de Investigación Mixta Ciudad Sahagún	Tepeapulco, Tlanalapa	Calle Primo de Verdad, número 11, colonia Dina de Ciudad Sahagún, municipio de Tepeapulco; 2° piso del edificio Jade	24 horas, los 365 del año
Unidad de Investigación Mixta Atotonilco El Grande	Atotonilco El Grande, Huasca de Ocampo, Omitlán de Juárez	Calle Serapio López, número 108, colonia Centro del municipio de Atotonilco El Grande	24 horas, los 365 del año
Centro de Atención Temprana Huejutla de Reyes	Huejutla de Reyes, Atlapexco, Huautla Huazalingo, Jaltocán, San Felipe Orizatlán, Tlanchinol, Xochiatipan, Yahualica	Kilómetro 215 de la carretera México Tampico, colonia Olímpica del municipio de Huejutla de Reyes	24 horas, los 365 del año
Unidad de Investigación Mixta Huichapan	Huichapan, Chapantongo, Nopala de Villagrán, Tecozautla	Calle Prolongación Patoni, número 273, barrio La Campana del municipio de Huichapan	24 horas, los 365 del año
Centro de Atención Temprana Ixmiquilpan	Ixmiquilpan, Alfajayucan El Cardonal, Chilcuaultra	Avenida Insurgentes Poniente, número 46, colonia La Reforma del municipio de Ixmiquilpan	24 horas, los 365 del año

Agencia del Ministerio Público	Municipios de su competencia	Dirección	Horario de atención
Unidad de Investigación Mixta Jacala de Ledezma	Jacala de Ledezma, La Misión, Pacula	Calle de Los Frijoles, sin número, fraccionamiento Loma Dorada en el barrio Jacarandas del municipio de Jacala de Ledezma	24 horas, los 365 del año
Unidad de Investigación Mixta Chapulhuacán	Pisaflores, Chapulhuacán	Calle Niños Héroes, número 4, colonia Centro del municipio de Chapulhuacán	24 horas, los 365 del año
Unidad de Investigación Mixta Metztlán	Metztlán, Eloxochitlán, Juárez Hidalgo, San Agustín, Metzquitlán	Calle El Refugio, sin número, barrio Cerrito de Quimixtepec del municipio de Metztlán	24 horas, los 365 del año
Centro de Atención Temprana Mixquiahuala de Juárez	Mixquiahuala de Juárez, Tlahuelilpan, Progreso de Obregón	Calle Ignacio Allende, número 46, colonia Centro del municipio de Mixquiahuala de Juárez	24 horas, los 365 del año
Unidad de Investigación Mixta Molango de Escamilla	Molango de Escamilla, Calnali, Lolotla, Tepehuacán de Guerrero, Tlahuiltepa, Xochicoatlán	Avenida Hidalgo, número 4, esquina con calle Morelos, barrio Santa Cruz Segunda Sección del municipio de Molango de Escamilla; planta alta	24 horas, los 365 del año
Centro de Atención Temprana CESI Pachuca	Pachuca de Soto Epazoyucán Mineral del Chico Mineral del Monte Mineral de la Reforma Zempoala	Impulsor Sector Primario, sin número, colonia Colonias del municipio de Pachuca de Soto	9:00 a 21:00 horas de lunes a viernes, en días hábiles 9:00 a 17:00 horas los sábados, domingos y días inhábiles o festivos
Centro de Atención Temprana Seguridad Pública Estatal Pachuca		Calle Gómez Pérez, número 1103, colonia Centro del municipio de Pachuca de Soto	24 horas, los 365 del año

Agencia del Ministerio Público	Municipios de su competencia	Dirección	Horario de atención
Centro de Atención Temprana Seguridad Pública Municipal Pachuca		Boulevard del Minero, sin número, fraccionamiento Colosio II, Campo de Tiro del municipio de Pachuca de Soto	9:00 a 17:00 horas de lunes a viernes, en días hábiles
Centro de Atención Temprana Hospital General Pachuca		Carretera Pachuca Tulancingo, número 101, colonia Ciudad de los Niños del municipio de Pachuca de Soto	24 horas, los 365 del año
Centro de Atención Temprana Providencia		Calle Santa Cecilia, sin número, colonia La Providencia del municipio de Mineral de la Reforma	24 horas, los 365 del año
Centro de Atención Temprana Centro de Justicia para Mujeres Pachuca		Avenida San Carlos, número 118, fraccionamiento San Carlos del municipio de Pachuca de Soto	24 horas, los 365 del año
Centro de Atención Temprana Tizayuca	Tizayuca Villa de Tezontepec, Tolcayuca, Zapotlán de Juárez	Calzada Julián Villagrán, número 24-B, barrio de Nacozari en la colonia Centro del municipio de Tizayuca	24 horas, los 365 del año
Unidad de Investigación Mixta Tenango de Doria	Tenango de Doria, Agua Blanca de Iturbide, Huehuetla, San Bartolo Tutotepec	Calle Miguel Hidalgo con Ignacio Zaragoza, sin número, colonia Centro del municipio de Tenango de Doria	24 horas, los 365 del año
Centro de Atención Temprana Tula de Allende	Tula de Allende, Tepetitlán, Tezontepec de Aldama, Atotonilco de Tula	Kilómetro 1.5 de la carretera Tula Michimaloya, colonia La Malinche del municipio de Tula de Allende	24 horas, los 365 del año
Unidad de Investigación Mixta Tlaxcoapan	Tlaxcoapan, Ajacuba, Atitalaquia, Tetepango	Avenida Francisco I Madero, sin número, colonia Centro del municipio de Tlaxcoapan	24 horas, los 365 del año
Centro de Atención Temprana Ciudad Mujeres Tepeji del Río de Ocampo	Tepeji del Río de Ocampo	Calle Irrigación, sin número, colonia Tlaxinacalpan del municipio de Tepeji del Río de Ocampo	9:00 a 17:00 horas de lunes a viernes, en días hábiles
Unidad de Investigación Mixta Tepeji del Río de Ocampo		Calle Plan de Ayala, sin número, colonia San Juan Otlaxpa del municipio de Tepeji del Río de Ocampo	24 horas, los 365 del año

Agencia del Ministerio Público	Municipios de su competencia	Dirección	Horario de atención
Centro de Atención Temprana Tulancingo de Bravo	Tulancingo de Bravo, Acatlán, Acaxochitlán, Cuauhtepc de Hinojosa Metepec Santiago, Tulantepec de Lugo Guerrero, Singuilucan	Kilómetro 3 de la carretera Tulancingo Santiago Tulantepec, colonia San Isidro-Campamento del municipio de Santiago Tulantepec de Lugo Guerrero	24 horas, los 365 del año
Unidad de Investigación Mixta Zacualtipán de Ángeles	Zacualtipán de Ángeles, Tianguistengo	Kilómetro 98 de la carretera México Tampico, colonia La Garita del municipio de Zacualtipán de Ángeles	24 horas, los 365 del año
Unidad de Investigación Mixta Zimapán	Zimapán, Nicolás Flores, Tasquillo	Avenida Heroico Colegio Militar, número 19, colonia Centro del municipio de Zimapán	24 horas, los 365 del año

Mitos sobre el aborto: lo que es falso

Mito 1: El aborto causa problemas de salud mental	X Falso. El aborto legal y seguro no aumenta el riesgo de depresión, suicidio o consumo de sustancias.
Mito 2: El aborto es riesgoso y causa secuelas físicas	X Falso. El aborto con medicamentos en el primer trimestre es uno de los métodos más seguros, siempre que se tenga asesoría adecuada.
Mito 3: Abortar es matar a un bebé	X Falso. El producto del embarazo es cigoto, embrión o feto, según las semanas; solo se le llama "bebé" después del parto. Interrumpir un embarazo no deseado es un derecho, no un asesinato.
Mito 4: Las personas que abortan son egoístas	X Falso. Las razones para abortar son diversas: planes de vida, violencia, economía, salud.

Mito 5: Si abortas, ya no podrás tener hijos	X Falso. El aborto seguro no afecta la fertilidad futura ni los embarazos posteriores.
Mito 6: Si abortas, te arrepentirás	X Falso. Esta idea viene de juicios morales impuestos para controlar los cuerpos. Abortar es una decisión válida, legítima y personal.
Mito 7: En el aborto, cada quien puede opinar libremente	X Falso. Las opiniones no pueden vulnerar los derechos de otras personas. El discurso contra el aborto es un discurso de odio que mantiene la violencia y criminaliza decisiones personales.
Mito 8: Las feministas están en contra de la maternidad y quieren que todas aborten	X Falso. Defender el derecho a decidir no es estar en contra de la maternidad, sino a favor de que cada persona elija libremente. La legalización no obliga a abortar; la penalización obliga a maternar incluso cuando no se desea.

Lo que sí es cierto:

Una ley que despenaliza el aborto **no obliga a nadie a abortar.**

En cambio, cuando el aborto está penalizado, **se obliga a todas las personas que no quieren continuar con un embarazo a hacerlo en contra de su voluntad.**

Esto puede poner en riesgo su salud, su vida o llevarlas a buscar opciones inseguras.

Penalizar el aborto es una forma de vulnerar los derechos humanos. No garantizar un acceso gratuito, también lo es.

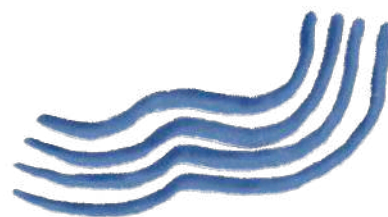
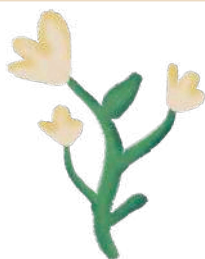


Preguntas frecuentes sobre el aborto

¿Hay una edad mínima para acceder a un aborto seguro?	Legalmente, no se te puede negar el servicio de aborto por ser una persona menor de 18 años. El acceso a la salud es un derecho para todas las personas. Decisiones de la Suprema Corte de Justicia de la Nación (SCJN) protegen el principio de autonomía progresiva, que reconoce que a medida que una persona crece, tiene mayor capacidad para tomar decisiones sobre su propio cuerpo y su salud.
¿Necesito permiso de alguien para ir a solicitar el servicio de aborto seguro?	No necesariamente. En México, los servicios de salud están obligados a brindar el servicio a las personas adolescentes que lo soliciten, respetando el interés superior de la niñez, la autonomía progresiva y las capacidades evolutivas. Únicamente si tienes 11 años o menos , la solicitud debe hacerla tu madre, padre, persona tutora o la Procuraduría de Protección de Niñas, Niños y Adolescentes.
¿También puedo usar hierbas para provocar un aborto?	Aunque en todo el mundo algunas personas han usado hierbas, no se recomienda hacerlo sin acompañamiento de personas con los conocimientos para hacerlo. El uso incorrecto puede ser peligroso, dificultar o que no se concrete el proceso..
¿Cuántas veces puedo abortar sin que me perjudique?	Los abortos seguros no causan problemas de salud a largo plazo, así que no hay un límite en el número de abortos que una persona pueda tener.
¿Pueden otras personas (mi pareja, padres, etc.) darse cuenta de que he tenido un aborto?	No necesariamente. El sangrado y los cólicos se parecen a los de una menstruación fuerte o un aborto espontáneo. ¹ Incluso para personal de medicina es difícil diferenciar entre un aborto espontáneo y uno provocado con medicamentos.
¿Cuánto tiempo debo esperar antes de realizar deporte o actividades pesadas después de un aborto?	No existe un tiempo definido para retomar estas actividades; lo importante es que identifiques cómo te vas sintiendo. Sin embargo, lo recomendable es esperar entre 4 y 7 días si tenías menos de 12 semanas de embarazo, o alrededor de 14 días si tenías más.

¹ Aborto espontáneo: es la interrupción inesperada de un embarazo antes de las 24 semanas completas.

¿Cuánto tiempo debo esperar antes de tener relaciones sexuales después de un aborto?	Puedes volver a tener relaciones sexuales cuando te sientas física y emocionalmente con preparación para hacerlo.
¿Puedo embarazarme de nuevo pronto?	Sí. La fertilidad puede regresar pocos días después del aborto. Si no deseas gestar o embarazarte, es recomendable usar un método anticonceptivo de inmediato. Acude al centro de salud, clínica u hospital más cercano para recibir orientación y elegir el método más adecuado para ti.
¿Puedo acceder al servicio de ILE en Hidalgo si vivo en otro estado o soy migrante?	Sí, cualquier persona que desee interrumpir su embarazo, puede acceder a los servicios de Aborto Seguro en Hidalgo, sin importar condición de residencia ni nacionalidad.
¿Qué pasa si ya tengo más de 12 semanas de embarazo?	En México, las víctimas de violencia sexual tienen derecho a acceder a una interrupción voluntaria del embarazo aún después de las 12 semanas de gestación. Este derecho se basa en el principio de buena fe, lo que significa que no es necesario que la persona compruebe la agresión para ser atendida. Nadie puede ser criminalizada por ejercer este derecho. De igual forma en Hidalgo, no hay límite gestacional cuando está en riesgo la salud de la persona, pues la salud no es sólo física; también incluye la salud mental, emocional y social. Si continuar con el embarazo afecta tu bienestar, tienes derecho a solicitar un aborto seguro y legal. Recuerda: De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, la salud no es sólo física; también incluye tu salud mental, emocional y social. Si continuar con el embarazo afecta tu bienestar, tienes derecho a solicitar un aborto seguro y legal.





Lo más importante es que **tú te sientas con tranquilidad con lo que decidas.**

Si tienes dudas, necesitas hablar o quieres acompañamiento en cualquier momento del proceso, **puedes escribirnos o llamarnos.**

No estás en soledad.

¿Tienes dudas sobre el aborto seguro en otro estado de la Republica Mexicana?

Si necesitas información sobre cómo acceder a servicios de salud, aborto legal, acompañamiento o directorios de instituciones u otras organizaciones (como hospitales o ministerios públicos), **¡puedes escribirnos o llamarnos!** Estamos para acompañarte con información clara, sin juicios y con respeto a tus decisiones.

Si te interesa formarte como persona defensora del “Derecho a Decidir”, te invitamos a inscribirte al **curso “Por el derecho a decidir: Orientación y acompañamiento en la interrupción del embarazo en Hidalgo”** y unirte a la **red de monitoras y acompañantas del derecho a decidir**: Escríbenos a través de nuestros medios de contacto.

771 133 60 44
www.seiinac.org.mx



@seiinac

REFERENCIAS

Abortera Insurrecta. (2018, October 23). Aborta segura con misoprostol. Abortera Insurrecta. <https://aborterain-surrecta.com/2018/10/23/aborta-segura-con-misoprostol/>

Adelitas. (2016). Cuaderno de cuidados pre, durante y post aborto. <https://guaridadebruje.mujeresalborde.org/herramientas-cuidado/cuaderno-de-cuidados-pre-durante-y-post-aborto-con-pastillas/>

Gobierno del Estado de Hidalgo. (2025). Código Penal para el Estado de Hidalgo (Decreto No. 258). Última reforma publicada el 3 de julio de 2025. Recuperado de https://www.congreso-hidalgo.gob.mx/biblioteca_legislativa/leyes_cintillo/Codigo%20Penal%20para%20el%20Estado%20de%20Hidalgo.pdf

GIRe. (2020). Mitos y preguntas sobre el aborto. Grupo de Información en Reproducción Elegida. https://gire.org.mx/wp-content/uploads/2020/11/mitos_y_preguntas_sobre_el_aborto.pdf

Hesperian Health Guides. (2025). Safe Abortion (Versión 1.0) [Aplicación móvil]. Google Play. https://play.google.com/store/apps/details?id=org.hesperian.Safe_Abortion

Ipas LAC. (2022). Acompañamiento al aborto: Estrategias y herramientas para una atención integral. Ipas Latin America and the Caribbean. <https://ipaslac.org/documents/IpasLAC2022-AcompanamientoAborto1.pdf>

Ipas LAC. (2024). Guía didáctica para el profesional de la salud que brinda servicios de aborto y postaborto. Ipas Latin America and the Caribbean. https://ipaslac.org/wp-content/uploads/2024/10/1669240296694_ES_ARCHIVO_1.pdf

Ipas México. (2022). Antes de un aborto inducido con medicamentos. Ipas México. <https://ipasmexico.org/wp-content/uploads/2022/09/01-Antes-de-un-aborto-inducido-con-medicamentos.pdf>

Ipas México. (2022, 28 de abril). Conoce la evacuación por vacío (AMEU o AEEU): un método de aborto seguro. Ipas México. <https://ipasmexico.org/2022/04/28/conoce-la-evacuacion-por-vacio-ameu-o-aeeu-un-metodo-de-aborto-seguro/>

Ipas México. (2022). Después de un aborto inducido con medicamentos. Ipas México. <https://ipasmexico.org/wp-content/uploads/2022/09/03-Despue%CC%81s-de-un-aborto-inducido-con-medicamentos.pdf>

Ipas México. (2022). Durante un aborto inducido con medicamentos. Ipas México. <https://ipasmexico.org/wp-content/uploads/2022/09/02-Durante-un-aborto-inducido-con-medicamentos.pdf>

Ipas México. (2023). Guía didáctica: Aborto y salud reproductiva. Ipas México. <https://ipasmexico.org/wp-content/uploads/2023/10/GuiaDidactica-Digital.pdf>

Ipas México. (2024). Usos del misoprostol en ginecología y obstetricia. https://ipasmexico.org/wp-content/uploads/2024/05/Usos-del-Misoprostol-en-Ginecologia-y-Obstetricia_2024_digital.pdf

National Institute of Child Health and Human Development. (2022, julio 18). Misoprostol. En Drugs and Lactation Database (LactMed®). Biblioteca Nacional de Medicina de EE. UU. Society. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK501436/>

Organización Mundial de la Salud (OMS). (2022). Aborto sin riesgos: guía técnica y de políticas para sistemas de salud. Ginebra: OMS. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240039483>

Secretaría de Salud. (2022). Lineamiento técnico para la atención del aborto. Gobierno de México. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/779301/V2-FINAL_Interactivo_22NOV_22-Lineamiento_te_cni-