

ÚTERO LIVRE

N.1 - junho 2015

ZINE FEMINISTA
LATINA-AMERICANA



LÉSBICAS E FEMINISTAS PELO
DIREITO À INFORMAÇÃO
brasil

O que é o aborto?

O aborto é um direito que está nos documentos e conferências internacionais sobre os direitos humanos das mulheres com as quais o Brasil se comprometeu e não cumpriu até hoje.

É um processo que leva ao fim uma gravidez. Pode ser espontâneo ou provocado. Pode ser um processo através do qual, pela primeira vez, a mulher se coloca no centro de sua própria vida. Pode ser a oportunidade para manter ou iniciar um projeto de vida, ou simplesmente, a única saída no caso de não poder seguir adiante com uma gravidez.

No Brasil, como o aborto não é legal e há muito falta de informação segura e verdadeira sobre o aborto, as mulheres que decidem abortar, geralmente, vivenciam o aborto de maneira violenta, devido à falta de reconhecimento desse direito e das condições seguras para poder exercê-lo.

O aborto não significa sempre um risco. Em 70% do mundo, o aborto não é considerado crime, podendo ser vivido pelas mulheres de maneiras muito diferentes. O aborto não é somente um fato pontual. Ele também é as circunstâncias sociais que condicionam as mulheres que, por diversas razões, decidem abortar.

Por que apoiamos às mulheres que decidem abortar?

As condições que hoje as mulheres enfrentam no Brasil para abortar são as mais difíceis e perigosas. Na maioria das vezes, não encontram outras mulheres próximas com quem dividir o que estão passando, por medo, vergonha e por achar que podem ser presas se alguém as denuncia ou discriminadas pela própria família, amig@s ou pessoas conhecid@s. Ao se encontrarem sozinhas, não compartilham com outras pessoas as poucas possibilidades de fazer o aborto em segurança, entre elas o aborto com medicamentos em sua própria casa.

Sem o apoio das pessoas, da sociedade ou do Estado, não acessam seus direitos legalmente estabelecidos hoje para as mulheres vítimas de violência doméstica e sexual e QUE PODERIAM ACESSAR O SERVIÇO DE ABORTO LEGAL EM HOSPITAIS PUBLICOS.

Dicas de segurança na comunicação se precisar de um, ou falar sobre, aborto

- **Evite** usar o celular, facebook, whatsapp, e-mails como gmail, hotmail ou yahoo;

- **Fale pessoalmente** com as pessoas, use aplicativos com mensagens criptografadas, use emails criptografados como o riseup.net ou envie emails de computadores públicos ou lanhouse.

- **Não mencione diretamente nomes de pessoas ou organizações.** Se possível, tente utilizar outros nomes para se referir ao aborto.



O que precisa saber para um aborto seguro com comprimidos até às 12 SEMANAS?

1 – Confirme se há mesmo gravidez. Faça teste de farmácia, ultrassom ou exame de sangue.

2 – Confirme o tempo de gestação. **IMPORTANTE:** o tempo de gestação é contado a partir do 1º dia da sua última menstruação – momento em que o seu corpo inicia um novo ciclo. O tempo de gestação **NÃO** é contado a partir do ato sexual.

3 – Confirme se é uma candidata a utilizar o medicamento. Ele **NÃO** é recomendado quando: a gravidez é ectópica (gravidez que ocorre fora do útero), o período da gravidez é maior do que **10** semanas, realizou uma cesárea há menos de 6 meses.

Se você utiliza DIU, deve retirá-lo antes de usar o medicamento.

Para realizar um aborto seguro existem 2 protocolos

a) 1 comprimido de mifepristona (200mg) + **4 comprimidos** (200mcg cada) de misoprostol – substância que compõe o cytotec.

Engolir com água o mifepristona.

24 horas depois colocar os 4 comprimidos de misoprostol (cytotec) debaixo da língua e deixar dissolver durante 30 minutos.

Engolir o resto.

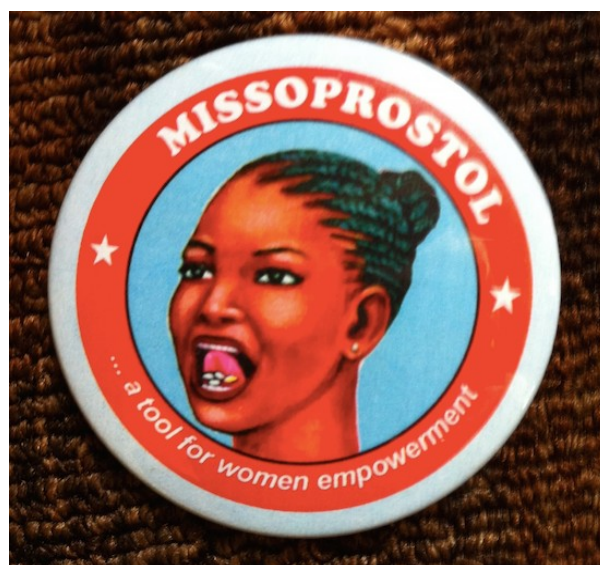
b) Apenas com misoprostol (cytotec): 4 comprimidos + 4 comprimidos + 4 comprimidos. Total de 12 (de 200 mcg cada comprimido).

Colocar **4 comprimidos de misoprostol** debaixo da língua e deixar dissolver durante 30 minutos. Engolir o resto. **3 horas depois** volte a colocar mais 4 comprimidos debaixo da língua e deixe dissolver por 30 minutos. Passadas 3 horas, volte a usar o resto dos comprimidos, colocando debaixo da língua e deixando dissolver durante 30 minutos.

Engula o resto.

NÃO precisa estar em jejum. Deve se alimentar antes, durante e depois do procedimento

IMPORTANTE: Os comprimidos **NÃO** devem ser tomados por vias diferentes, para não perder eficácia. Em países onde o aborto é criminalizado, as mulheres devem **EVITAR a via vaginal** para que não fiquem vestígios que possam incriminá-las no caso de recorrerem a um hospital.



O que vai acontecer?

- cólicas e sangramento um pouco mais fortes que uma menstruação. Observe a cor e o cheiro. Ele deve ser o mesmo que quando você menstrua.

- possibilidade de diarreia, vômitos (pode tomar algo para o enjôo), febre inferior a 38°C.

- o sangramento e cólica vão diminuindo ao longo dos dias. Pode tomar IBUPROFENO para cólicas. **NÃO** use anti-espasmódicos como **buscopan**.



Esteja atenta a **sinais de complicação** como:

- febre alta e prolongada por mais de 1 hora

- sangramento em excesso (mais de 2 absorventes maxi por hora)

- sangramento com cheiro forte

- cólicas intensas prolongadas

Se possível, durante o uso do medicamento busque **estar acompanhada** de alguém que te apoia e compartilhe essas informações com ela. Descubra um hospital com emergência que esteja perto de você e tenha reservado um meio de como chegar até ele, caso precise.

No caso de precisar recorrer a um hospital, os médicos **NÃO** conseguem ver a diferença entre um aborto espontâneo e um aborto induzido. Não se intimide com a pressão para obrigar você a falar a verdade. Fale que acha que está tendo aborto natural ou que nem sabia que estava grávida, que você não vem se sentido bem ultimamente.

Como saber se um aborto foi bem sucedido?

- os sinais de gravidez vão desaparecendo

- pode fazer um ultrassom ao final de 10-15 dias (antes disso a probabilidade de o útero já estar totalmente limpo é reduzida e podem encaminhá-la para curetagem desnecessariamente)

- pode fazer um teste de farmácia ao fim de 15 dias. Os hormônios da gravidez demoram cerca de 15 dias a desaparecerem.

Leia mais em:

Women Help Women - womenhelp.org

Organização Mundial de Saúde - who.int

Federação Internacional de Ginecologistas – figo.org



**Para a mulher que aborta
amor, força, carinho,
descanso, compreensão,
respeito!**



**“LEGALIZE! O CORPO É NOSSO! É
NOSSA ESCOLHA: É PELA VIDA DAS
MULHERES!”**

**“SE O PAPA FOSSE MULHEEEER...O
ABORTO SERIA LEGAL!”**

***SABEDORIA E VOZES DAS MULHERES
que estão na rua e na luta!***



Lutar coletivamente pelo acesso ao aborto livre e seguro para todas as mulheres! Essa luta envolve muitas ações praticadas pelas mulheres há muitos anos. Algumas delas são:

A luta pelo aborto legal como serviço público e com atendimento especializado às mulheres e suas identidades de raça/etnia, geracionais e sexuais.

O acesso à educação sexual desde a perspectiva dos direitos sexuais e reprodutivos nas escolas, bem como o acesso a serviços públicos que reflitam a laicidade do Estado, ou seja, a não interferência religiosa no estado.

Queremos acesso a informação segura e livre de opressão sobre os direitos sexuais e reprodutivos, e que chegue até nós o acesso aos métodos contraceptivos. Que possamos escolher livremente entre eles!

A existência de redes de acompanhamento para mulheres em situação de aborto, de redes de apoio para construir e divulgar conhecimento, assim como informações seguras sobre o aborto e direitos sexuais e reprodutivos.

A comunicação sobre aborto através de várias linguagens e formas de se expressar. Queremos falar de aborto, mas tentando transformar o sentido negativo com o qual ele sempre vem acompanhado.

Para tratar desse tema também é fundamental que abandonemos a linguagem que domina e descreve os corpos das mulheres como objetos. As mulheres são aquelas que devem ser escutadas e retratadas em sua condição de sujeitas protagonistas na luta pelo aborto, sem culpabilização e depreciação das mulheres.

É importante abordar o aborto sempre enquanto experiência das mulheres ao longo da história, desde muito tempo atrás. Vamos falar de aborto sempre que vejamos uma possibilidade para falar em segurança com as amigas, irmãs, vizinhas, tias, mães e conhecidas!

A solidariedade entre nós, mulheres, através do apoio, da escuta, do respeito às diferentes decisões das mulheres, do compartilhamento de meios para poder acessar nossas escolhas, entre elas a de interromper uma gravidez.

A liberação do Misoprostol, com o qual se pode realizar o aborto medicinal, para a venda nas farmácias, com um preço e acesso justo a todas as mulheres. A divulgação de informações sobre misoprostol e seu uso adequado, como prevê o direito humano das mulheres à informação e como parte dos direitos sexuais e reprodutivos, que inclui o acesso à informação científica e ética.

A implementação das Normas Técnicas do Ministério da Saúde, que prevêem o uso do misoprostol em hospitais (Norma Técnica de Atenção Humanizada ao Abortamento e Norma Técnica de Prevenção e Tratamento dos Agravos Resultantes da Violência Sexual).

MISOPROSTOL

O misoprostol é um remédio que as mulheres usam para abortar. Este remédio provoca contrações e faz com que se expulsem os tecidos formados durante a gravidez: sangue, coágulos, e o saco gestacional. Ele também é usado para tratamento de úlceras.

O aborto com misoprostol foi descoberto por mulheres pobres no Brasil e na América Latina. Seu uso, através do protocolo compartilhado nessa zine, é indicado pela Federação Latino Americana de Sociedades de Obstetria e Ginecologia (FLASOG) e pela Organização Mundial da Saúde.

O Misoprostol, corretamente, utilizado em suas indicações ginecológicas e obstétricas precisas, nas doses, vias e **intervalos de administração correto, tem um enorme potencial para reduzir complicações e mortes de mulheres.**

EM TODO O MUNDO... ele é usado para abortar, para parir, para expulsar tecidos depois de um aborto ou parto, para evitar hemorragias depois do parto.

Fique atenta na hora de comprar! Muitas pessoas que dizem vender o remédio se aproveitam da restrição do misoprostol no Brasil e da necessidade das mulheres para vender comprimidos caros, e muitas vezes, falsos. Desconfie de vendedor@s pela internet!

Muit@s del@s, após receberem o pagamento na conta, não enviam os comprimidos!

Procure comprar de contatos de conhecid@s. De preferência, de fontes já utilizadas e bem sucedidas para outras mulheres!

COMPARTILHE E XEROQUE ESSA PIRATA:

É PELA VIDA DAS MULHERES!



Por [Jarid Arraes](#)

(...) No entanto, minha gente
Não se consegue impedir
Se a mulher engravidar
Não querendo mais parir
Se ela escolher abortar
Essa lei vai descumprir.

(...) Estatísticas não mentem:
Sofre mais a pobre, a preta
Já que o dinheiro oferece
Pro aborto uma faceta
Que é pagar nas escondidas
Noutro lugar do planeta.

Peço então sua atenção
Tente enfim compreender
Que o aborto ilegal
Só condena a morrer
A mulher entris-tecida
Sem saber o que fazer.

Não se deve legislar
Com base em religião
Pois a fé é relativa
E questão de opinião
Então para argumentar
Deve-se usar a razão.

(...) Dê um jeito na preguiça
E se ponha a pesquisar
Argumento tem de monte
Para assim te explicar
Que legalizar o aborto
Nada vai prejudicar.



É direito das mulheres
Por direito de viver
Liberdade de escolha
Para se fortalecer
Que a força feminina
Possa então prevalecer.

Mais informações em:

WOMEN HELP WOMEN

www.womenhelp.org

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE

www.who.int

FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE
GINECOLOGISTAS E OBSTETRICIA

www.figo.org