

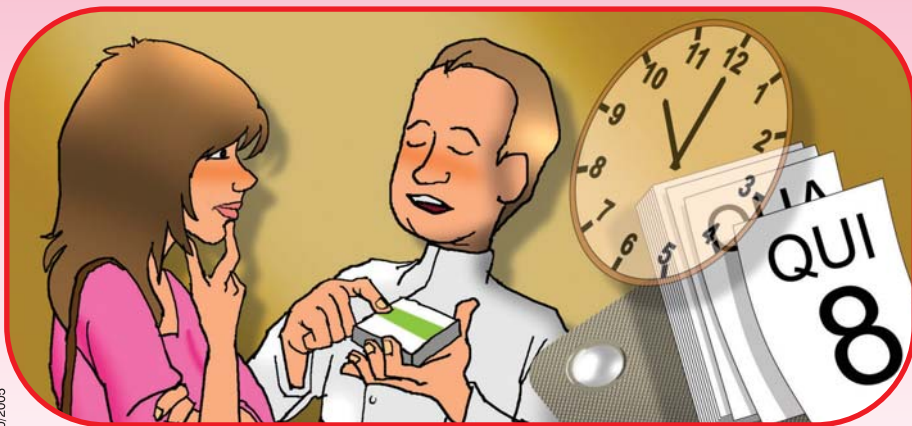
É importante saber que...

- Não substitui os métodos contraceptivos regulares;
- Os métodos contraceptivos regulares (ex: contraceptivos orais, dispositivo intra-uterino, preservativo, etc.) são mais seguros e eficazes do que a “pílula do dia seguinte”;
- A “pílula do dia seguinte” só deve ser usada em caso de emergência;
- A “pílula do dia seguinte” não protege contra doenças sexualmente transmissíveis (ex.: SIDA). Use preservativo!
- Antes de tomar a “pílula do dia seguinte”, informe o seu médico ou farmacêutico se está a amamentar, se tem algum problema de saúde (ex.: doenças de fígado, cancro, problemas de coagulação do sangue) e se está a tomar outros medicamentos;
- Se estiver grávida não deve tomar a “pílula do dia seguinte”;
- Não provoca aborto.

O que pode esperar do seu farmacêutico?

- Informação sobre a eficácia do contraceptivo de emergência;
- Recomendações sobre a toma correcta do medicamento;
- Esclarecimento das suas dúvidas, antes ou depois de tomar o medicamento;
- Informação sobre os métodos de contraceção regular que existem.

Para utilizar uma contraceção eficaz e segura e usar ocasionalmente a “pílula do dia seguinte”, informe-se com o seu médico ou farmacêutico.



anf

Associação Nacional das **Farmácias**

R. Marechal Saldanha, 1 . 1249-069 Lisboa . T. 21 340 06 00
Fax 21 347 29 94 . e-mail: anf@anf.pt . www.anf.pt

FARMÁCIA
DA FAMÍLIA

“Pílula do dia seguinte”

Saiba
como utilizá-la
numa situação
de emergência



A contracepção de emergência é um método ocasional para prevenir uma gravidez indesejada.



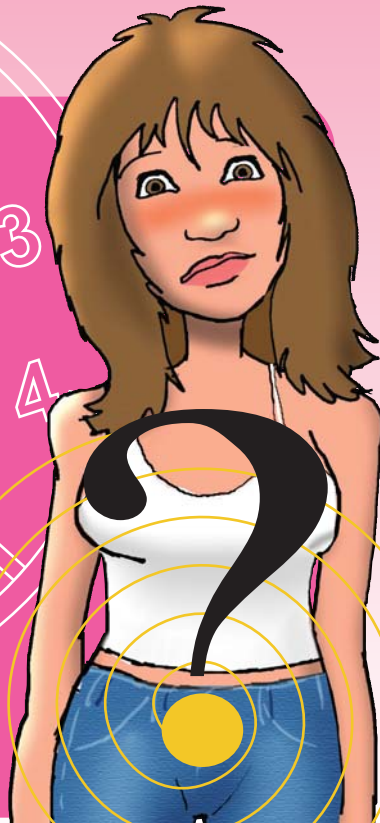
O que é a “pílula do dia seguinte”?

- É um medicamento para evitar uma gravidez indesejada depois de uma relação sexual não protegida ou mal protegida. Ex.: rompimento ou esquecimento do preservativo, esquecimento da pílula diária, deslocação do dispositivo intra-uterino, violação, etc;
- Se for tomada de acordo com as recomendações reduz o risco de engravidar mas não é 100% eficaz;
- Não é abortiva;
- Só deve ser tomada ocasionalmente.

Como se toma?

- O mais cedo possível, após a relação sexual, de preferência nas primeiras 12 horas, porque a eficácia é tanto maior quanto mais cedo for tomada.
- Embora seja chamada “pílula do dia seguinte”, deve ser tomada até 72 horas após a relação sexual não protegida ou mal protegida. No entanto mantém eficácia aceitável até às 120 horas (5 dias).

O risco de gravidez está muito aumentado se for tomada depois das 120 horas (5 dias) após a relação sexual.



Que efeitos secundários pode provocar?

- Os mais comuns são náuseas e vômitos, dores de cabeça, tensão mamária, perdas de sangue vaginais, menstruação um pouco antes ou depois do previsto, dores abdominais e fadiga. Estes efeitos desaparecem ao fim de alguns dias;
- Se vomitar nas duas horas após a toma do medicamento deve tomá-lo novamente, porque pode ter perdido o efeito.



Quais os cuidados a ter depois de a utilizar?

- Nas relações sexuais seguintes, e até ao aparecimento da próxima menstruação, utilize outro método de contracepção como o preservativo, espermicida, etc;
- Se estava a tomar uma pílula diária, não pare. Continue a tomá-la regularmente para não alterar o período menstrual. Até à próxima menstruação utilize também o preservativo nas relações sexuais, para se proteger de uma gravidez indesejada;
- Faça um teste de gravidez se a menstruação não aparecer até ao 5º dia após a data prevista;
- Para proteger a sua saúde, evite repetir a toma da “pílula do dia seguinte” no mesmo ciclo menstrual para não sobrecarregar o organismo de hormonas.

