

Spanisch

Ayuda para las urgencias anticonceptivas



My choice of pharmaceuticals





Lo que debe saber

OVULACIÓN Y EMBARAZO

El término ovulación se refiere a la liberación de un óvulo maduro y fértil desde el ovario. A continuación, ese óvulo se desplaza a través de la trompa de Falopio hasta el útero. Si durante ese tiempo el óvulo

- **es fecundado**, se implanta en la membrana mucosa del útero. Así comienza el embarazo.
- **no es fecundado**, se produce la menstruación en unos días, a través de la cual se excreta el óvulo.

Un óvulo permanece fértil alrededor de unas 24 horas. Sin embargo, los espermatozoides pueden sobrevivir en el cuerpo de una mujer hasta cinco días. Por eso, una relación sexual sin protección antes de la ovulación puede provocar el embarazo.

Además, el momento de la ovulación puede variar mucho de una mujer a otra, pero también de un periodo menstrual a otro.

Por lo tanto, existen muchas razones que pueden provocar que una urgencia anticonceptiva —en cualquier día del periodo— se convierta en un embarazo no deseado. La toma a tiempo de la *píldora de urgencia* puede impedirlo en la mayoría de ocasiones (v. pregunta 5)

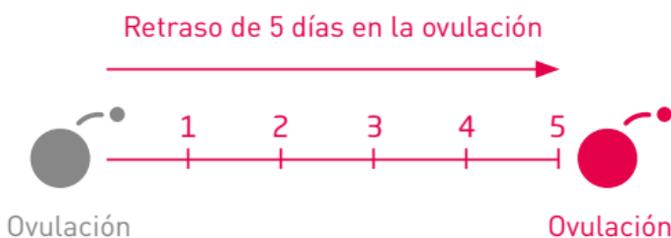
¿Urgencia anti-conceptiva? ¡Que no cunda el pánico!

¿Se ha roto el preservativo? ¿Se olvidó la píldora? Le puede pasar a cualquiera. En una de esas situaciones excepcionales, la *píldora de urgencia* (también conocida como píldora del día después) evita los embarazos no deseados.

A pesar de la amplia variedad y del uso cuidadoso de los métodos anticonceptivos, siempre puede producirse una urgencia; por ejemplo, si se rasga el preservativo. En esos casos, no debe sentir vergüenza ni miedo. Lo importante es que reaccione de una forma responsable ante la situación. Como ayuda, en este folleto encontrará información importante sobre los anticonceptivos de urgencia.

1 ¿Qué es la *píldora de urgencia* y cómo funciona?

La *píldora de urgencia* es un método anticonceptivo de urgencia, es decir, tras una relación sexual sin protección. Si se desea impedir un embarazo no deseado en una emergencia de este tipo, la *píldora de urgencia* puede ayudar. Provoca que la ovulación se retrase hasta que los espermatozoides ya no sean fértiles. De este modo, no ocurre la fecundación y, en consecuencia, no se produce el embarazo. Las *píldoras de urgencia* pueden obtenerse sin receta en las farmacias desde 2015.



2 ¿Qué *píldoras de urgencia* existen y qué las diferencia?

Existen *píldoras de urgencia* con dos principios activos distintos: levonorgestrel y acetato de ulipristal. La diferencia entre ambos principios activos estriba en su período de actuación. El levonorgestrel puede tomarse hasta tres días después de la urgencia anticonceptiva y el acetato de ulipristal hasta cinco días después.

3 ¿Cuándo debería tomarme la píldora de urgencia?

En general, se aplica la norma: ¡Cuanto antes, mejor! Una *píldora de urgencia* con el principio activo levonorgestrel debe tomarse preferentemente en las primeras 12 horas tras la relación sexual sin protección, y en ningún caso pasadas más de 72 horas (3 días). También las *píldoras de urgencia* con el principio activo acetato de ulipristal deben tomarse lo antes posible, pero como muy tarde pasadas 120 horas (5 días) tras el sexo sin protección.

4 ¿Qué debo tener en cuenta a la hora de tomarla?

La *píldora de urgencia* se traga sin masticar con un poco de agua. La toma no depende de las comidas. No obstante, si vomita antes de que transcurran 3 horas desde la ingesta, debe tomarse una segunda *píldora de urgencia*. Es importante que tras el vómito tome un preparado con el mismo principio activo. Si tiene el estómago sensible, puede comer, por ejemplo, un trozo de pan con la toma para evitar las náuseas y vómitos (véase la pregunta 9). Como ocurre con cualquier medicamento, debe leerse detenidamente el prospecto antes de usarlo.

5 ¿La píldora de urgencia previene el embarazo en todos los casos?

No, ninguna *píldora de urgencia* puede impedir los embarazos no deseados al cien por cien, pero sí con una alta probabilidad. El embarazo solo puede evitarse si la ovulación aún no se ha producido.

i Ninguna *píldora de urgencia* es segura al 100 %

6 ¿Cómo puedo saber si la píldora de urgencia ha sido eficaz?

Si ha surtido efecto, la menstruación se producirá en el plazo habitual y con una intensidad normal. En algunos casos, la menstruación también puede adelantarse o atrasarse algunos días. Si la menstruación se retrasa más de 5 días con respecto a lo esperado, o si resulta inusualmente débil o intensa, es aconsejable realizarse una prueba de embarazo o visitar al ginecólogo. Tenga en cuenta que, inmediatamente después de la ingesta, no se producirá ningún sangrado ni sangrado por supresión excepcionales.

7 ¿Puede verse afectada la eficacia de la *píldora de urgencia*?

Sí, si tras la ingesta se producen vómitos (véase la pregunta 4). Además, algunos medicamentos, como fármacos contra la epilepsia, la infección por VIH o infecciones bacterianas, así como preparados que contienen hipérico (hierba de San Juan) o ciclosporina, pueden reducir la eficacia de la *píldora de urgencia*. Consulte información más precisa a su médico o farmacéutico, o bien en el prospecto correspondiente. El alcohol y la nicotina no afectan a la eficacia de la *píldora de urgencia*.

8 ¿Puede la *píldora de urgencia* interrumpir un embarazo que ya se ha producido?

¡La *píldora de urgencia* no es una píldora abortiva! Con una toma adecuada, puede impedir el embarazo, gracias al retraso de la ovulación, pero no lo interrumpe.

i La *píldora de urgencia* no es una píldora abortiva

9 ¿La *píldora de urgencia* tiene efectos secundarios? Y si los tiene, ¿cuáles son?

Tras su ingesta pueden aparecer náuseas, dolores de cabeza, vómitos, tensión en el pecho o sangrado leve. Si se produce el vómito antes de 3 horas (véase la pregunta 4), debe tomarse una segunda *píldora de urgencia*. Si aparecen estos u otros efectos secundarios y se mantienen en el tiempo, consulte a un ginecólogo.

10 ¿Durante cuánto tiempo me protege la *píldora de urgencia* frente al embarazo?

La *píldora de urgencia* no ofrece una protección continua en las relaciones sexuales sin protección posteriores a su toma. Es imprescindible que incluso las mujeres que toman la píldora anticonceptiva utilicen un método anticonceptivo de barrera, como un preservativo, hasta que se produzca la siguiente menstruación. Importante: En general, la *píldora de urgencia* tampoco protege frente a las enfermedades de transmisión sexual.

i La *píldora de urgencia* no provoca esterilidad

11 ¿Puedo quedarme estéril por la toma continuada de la *píldora de urgencia*?

No, la fertilidad no se ve afectada. Si en un futuro desea quedarse embarazada, haber tomado previamente la *píldora de urgencia* no le afectará.

12 ¿La *píldora de urgencia* puede sustituir a los métodos anticonceptivos habituales?

No, la *píldora de urgencia* no es un método anticonceptivo habitual. Es solo para un caso excepcional y no puede sustituir a los métodos anticonceptivos corrientes, como la toma regular de la píldora anticonceptiva o el preservativo. Su ginecólogo le aconsejará sobre los métodos anticonceptivos más adecuados para usted.

13 ¿Puedo seguir dando el pecho tras tomar la *píldora de urgencia*?

Se recomienda que las mujeres lactantes hagan una pausa en la lactancia tras la toma de la *píldora de urgencia*. En los preparados con el principio activo levonorgestrel, esta pausa es de ocho horas. Con la toma de acetato de ulipristal, la pausa recomendada es de una semana.

14 ¿Cuánto cuesta la *píldora de urgencia*? ¿Está costeada por el seguro médico?

Por lo general, la *píldora de urgencia* con el principio activo levonorgestrel tiene un precio inferior a 23 euros. Los métodos anticonceptivos de urgencia con el principio activo acetato de ulipristal tienen un precio ligeramente superior. Naturalmente, el precio puede variar dependiendo de la farmacia. Las mujeres menores de 22 años pueden solicitar el reembolso del coste del anticonceptivo de urgencia a su seguro médico. No obstante, para ello deben disponer de una receta médica.

Enlaces útiles y contacto:

Farmacias de guardia:

www.aponet.de/service/notdienstapotheke-finden

Asistencia telefónica:

0800/111 0 111 o bien 0800/111 0 222

Teléfono de información de pro familia:

01805 – 776326 (0,14 euros/minuto)

Centro federal alemán para resolver dudas sobre salud:

www.bzga.de/infomaterialien/familienplanung/verhuetung/die-pille-danach-faltblatt/