



## **Anticoncepción Hormonal de Emergencia (píldora del día después, anticoncepción postcoital, píldoras anticonceptivas de emergencia)**

Consiste en la toma de píldoras con hormonas inmediatamente después de una relación sexual no protegida (sin haber utilizado ningún método anticonceptivo) para prevenir un embarazo no planificado.

Si bien son conocidas también con el nombre de la “píldora del día después” se deben tomar lo antes posible, ya que cuanto antes se tomen son más efectivas. Se recomienda su toma hasta 5 días después de la relación sexual sin protección.

### Hay dos tipos de píldoras

- » Las píldoras contienen solamente una hormona llamada levonorgestrel (derivada de una hormona que tiene las mujeres que se llama progesterona),
- » Las píldoras que tienen dos componentes hormonales derivados del estrógeno y la progesterona. (No disponible en nuestro país)

**No son píldoras abortivas. Funcionan inhibiendo o retrasando la liberación de los óvulos (ovulación).**

### ¿Cuándo utilizarlas? Su uso está indicado en las siguientes situaciones:

- » Si tuviste una relación sexual sin uso de un método anticonceptivo.
- » Violación si la mujer no está usando un método anticonceptivo.
- » Uso incorrecto o falla potencial de un método anticonceptivo.
- » Rotura o deslizamiento del condón
- » Desplazamiento del diafragma
- » Expulsión completa o parcial del DIU.
- » Toma incorrecta de píldoras anticonceptivas o de anticoncepción inyectable

**La anticoncepción hormonal de emergencia no sustituye a los métodos anticonceptivos de uso regular (como anticonceptivos orales o DIU) y solo debería ser utilizada como último recurso o sea como método de emergencia.**

Su eficacia para prevenir un embarazo es menor que la de los métodos regulares. A modo de ejemplo se ha estimado que si 100 mujeres tienen relaciones sexuales en la 2da. o 3ra semana del ciclo menstrual, 8 lograrán embarazarse, con el uso de la anticoncepción de emergencia sólo se lograrán uno o dos embarazos. La anticoncepción de emergencia presenta en promedio una efectividad del 75%, esto significa que se podrían evitar 3 de cada 4 embarazos que ocurrirían después de una relación sexual desprotegida.

(PAE: Píldoras anticonceptivas de emergencia)



### ¿Dónde las consigo?

Podés conseguirlas en cualquier farmacia y en forma gratuita en los hospitales del Gobierno Autónomo de la Ciudad de Buenos Aires . Si tenés obra social o algún prepago pregunta dónde y de qué forma las podés obtener gratuitamente.

### ¿Cómo las tomo?

Si por ejemplo tuviste una relación sin protegerte o se te rompió o corrió el preservativo es conveniente que tomes la píldora de emergencia lo antes posible independientemente del día del ciclo menstrual en que te encuentres. Los estudios indican que tenés 5 días de tiempo pero recordá que cuanto antes la tomes es mas efectiva en prevenir el embarazo.

Las patillas de emergencia que tienen solo levonorgestrel tiene dos presentaciones:

I. Un blíster que contiene un solo comprimido de 1,5 mg de levonorgestrel, es decir, la toma se realiza a través de una única dosis.

II. Un blíster que contiene dos comprimidos de 0,75 mg de levonorgestrel cada uno. Estos comprimidos deben tomarse lo antes posible, las opciones para su ingesta son las siguientes:

- o Ingerir los dos comprimidos Juntos
- o Ingerir el primer comprimido y 12hs. Después el otro.



## Recuperación de la fertilidad

Después de tomar las píldoras anticonceptivas de emergencia una mujer puede quedar embarazada de inmediato. Tomar la anticoncepción de emergencia solamente previene el embarazo de actos sexuales ocurridos en los 5 días anteriores. No protegen a la mujer del embarazo por relaciones sexuales realizados después de tomarla. Para mantenerse protegida la mujer debe comenzar a utilizar de inmediato otro método anticonceptivo (por el ejemplo el preservativo).

## ¿Las píldoras de emergencia me protegen contra el sida?

No. Recordá que el único método actualmente aceptado para la prevención de las infecciones de transmisión sexual es el preservativo usado en forma correcta (durante toda la penetración, no solamente para acabar) y consistente (en todas las relaciones sexuales sin excepción)

## ¿Si las tomo me puede pasar algo?

Algunas usuarias relatan cambios en los patrones de sangrado, incluyendo:

- » Leve sangrado irregular durante 1-2 días después de tomar PAE.
- » Menstruación que comienza antes o más tarde de lo esperado.

En la semana después de tomar PAE:

- » Náuseas \*
- » Dolor abdominal
- » Fatiga
- » Cefaleas
- » Dolorimiento mamario
- » Mareos
- » Vómitos \*

**Beneficios conocidos para la salud:** Ayuda a proteger contra riesgo de embarazo.

**Riesgos conocidos para la salud:** Ninguno.

\* Las mujeres que utilizan PAE con formulaciones que contienen sólo progestina son menos proclives a presentar náuseas y vómitos que las mujeres que utilizan formulaciones de PAE con estrógeno y progestina.

## ¿Tengo que hacer algún análisis antes de tomarlas?

No, para utilizar la anticoncepción de emergencia no es necesario hacerse ningún análisis, ya que según la Organización Mundial de la Salud son seguras y aptas para casi todas las mujeres aun para aquellas que no puedan utilizar métodos anticonceptivos con hormonas de manera continua. Debido a la brevedad de su uso no existen enfermedades que puedan hacer que las píldoras de emergencia no sean seguras para la mujer.

## La anticoncepción de emergencia:

- » No es abortiva
- » Si se produce un embarazo no causa defectos de nacimientos
- » No son peligrosas para la salud de la mujer
- » No promueven conducta sexual riesgosa
- » No provocan infertilidad

Y recordá es la única y última opción para tratar de evitar un embarazo luego de una relación sexual no protegida.

---