



SÓ PARA
EMERGÊNCIAS

isaúde
informação saúde

PÍLULA DO DIA SEGUINTE

ESTA FARMÁCIA CUIDA DE SI

É O RECEIO DE ESTAR GRÁVIDA APÓS UMA RELAÇÃO SEXUAL DESPROTEGIDA OU MAL PROTEGIDA QUE JUSTIFICA A CONTRACEÇÃO DE EMERGÊNCIA. NUNCA COMO MÉTODO CONTRACEPTIVO REGULAR.

UMA CONTRACEÇÃO MUITO PARTICULAR

A contraceção de emergência destina-se a evitar uma gravidez como consequência de uma relação sexual desprotegida, ou seja, quando, por exemplo:

- nenhum dos parceiros utilizou contraceptivo
- houve esquecimento na toma da pílula, que ultrapassou o atraso máximo permitido
- o preservativo foi usado incorrectamente, foi mal colocado ou rompeu-se
- o dispositivo intra-uterino (DIU) se desloca
- o anel vaginal é expulso antes do tempo.

UMA QUESTÃO DE CICLO

Qualquer mulher, desde que sexualmente activa, pode engravidar. É, pois, importante compreenderes o ciclo menstrual e saberes que:

- A fertilidade manifesta-se através do ciclo menstrual, variável de mulher para mulher e em cada mulher.
- Cada ciclo pode variar entre cerca de 21 e 32 dias, sendo que a média é de 28 dias.
- Cada ciclo começa com o primeiro dia de menstruação e termina precisamente antes da menstruação seguinte.
- Evolui em 3 fases: a **folicular** (desde o primeiro dia da menstruação até à maturação do óvulo), a **ovulatória** (corresponde à libertação do óvulo e ao período fértil) e a **luteínica** (dura até ao período menstrual seguinte).
- Este ciclo é interrompido se houver fecundação.

MÉTODO PARA O DIA SEGUINTE

Uma gravidez é mais provável no período fértil da mulher, mas pode acontecer em qualquer fase do ciclo menstrual.

PÍLULA DO DIA SEGUINTE SÓ PARA EMERGÊNCIAS

ESTA FARMÁCIA CUIDA DE SI

CICLO MENSTRUAL



Na ausência ou falha da contracepção, é possível recorrer a um método de emergência: a chamada pílula do dia seguinte. Esta pílula está disponível sujeita a receita médica ou por indicação farmacêutica (não sujeita a receita médica) sendo a forma de tomar variável de marca para marca.

PARA UM USO EFICAZ

A pílula do dia seguinte deve ser tomada o mais cedo possível após a relação sexual desprotegida:

- Até um máximo de 72 horas (3 dias), sendo que a eficácia vai diminuindo ao longo do tempo.
- Se houver vômito nas três horas após a toma, esta deve ser repetida.

A pílula do dia seguinte pode produzir alguns efeitos secundários: náuseas e vômitos, tonturas, fadiga, dores de cabeça e pequenas hemorragias vaginais.

PREVINE A GRAVIDEZ, MAS...

A contracepção de emergência actua sobre a ovulação, atrasando ou, inibindo a libertação do óvulo, sobre a fertilização impedindo o espermatozóide de atingir o óvulo, ou sobre a nidacção, impossibilitando a implantação do ovo na parede do útero, impedindo assim uma gravidez.

Contudo, se já tiver havido nidacção, não tem qualquer efeito sobre a gravidez..

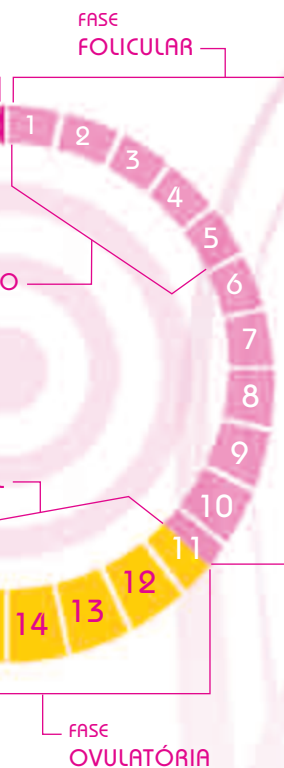
Não impede também que haja uma gravidez se a relação sexual desprotegida se repetir. Assim, é fundamental após a toma da pílula do dia seguinte utilizar o preservativo até ao aparecimento da menstruação seguinte e, caso faças contracepção hormonal regular deves continuar. A pílula do dia seguinte pode atrasar a menstruação, mas se ela não ocorrer deves efectuar um teste de gravidez.

O ÚLTIMO RECURSO.

A pílula do dia seguinte não é isenta de contra-indicações, por isso informa-te junto do farmacêutico.

Apesar de uma eficácia elevada, a sua toma não protege contra uma gravidez resultante de relações sexuais futuras nem contra doenças sexualmente transmissíveis. Não deves repetir a toma no mesmo ciclo menstrual, nem utilizá-la como um contraceptivo regular.

CICLO DE 28 DIAS



**PÍLULA
DO DIA SEGUINTE
SÓ PARA
EMERGÊNCIAS**

ESTA FARMÁCIA CUIDA DE SI



**COM A AJUDA
DO SEU FARMACÊUTICO**

Se tiveste relações sexuais desprotegidas e achas que podes estar grávida, dirige-te a uma farmácia: o farmacêutico pode esclarecer as tuas dúvidas sobre contraceção oral de emergência, respectiva eficácia e modo de utilização. Pode ainda aconselhar-te sobre os métodos contraceptivos regulares existentes e encaminhar-te para uma consulta de planeamento familiar se necessário. Com a garantia de confidencialidade.

