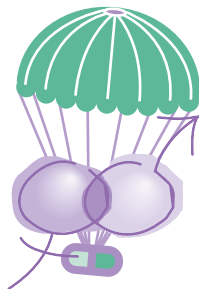


LA SIGUIENTE MENSTRUACIÓN

La siguiente menstruación puede presentarse antes o después de lo esperado, lo cual no es un mal signo, pero vigila que ésta se presente. Debes solicitar ayuda médica si el siguiente periodo menstrual es distinto a como suele ser, especialmente si:

- la menstruación es más ligera que lo habitual,
- la menstruación no se presenta dentro de las siguientes cuatro semanas, o
- hay dolores inusuales o intensos de cabeza o vientre bajo



ADVERTENCIAS IMPORTANTES

⚠ La anticoncepción de emergencia **no** debe ser usada en lugar de los métodos de planificación familiar. Como su nombre lo indica, sólo debe usarse en caso de emergencia. Por ejemplo:

- en caso de violación,
- cuando fallan los anticonceptivos (se rompe el condón, el DIU se mueve de lugar),
- la mujer ha olvidado tomar dos o más píldoras anticonceptivas, y
- cuando se han tenido relaciones sexuales sin protección y la mujer quiere prevenir el embarazo

⚠ La anticoncepción de emergencia **no** evita contraer infecciones de transmisión sexual (ITS) y el VIH/sida.

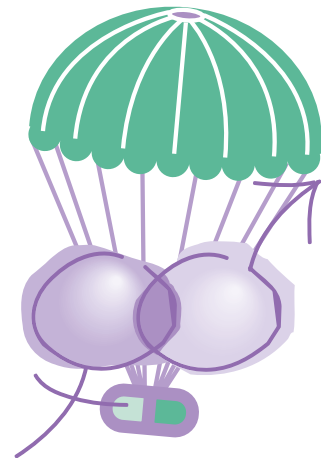
⚠ Si las mujeres que han utilizado la anticoncepción de emergencia piensan reanudar sus relaciones sexuales y no están utilizando anticonceptivos, deben planear la adopción de algún método anticonceptivo. Si tienes dudas sobre la elección del méto-

do, puedes usar condones y espermicidas de manera temporal y pedir asesoría médica con especialistas en planificación familiar o educación sexual para que te informen, de manera amplia y suficiente, de las opciones que existen y elijas las que cubran mejor tus necesidades y preferencias.

⚠ La anticoncepción de emergencia **no sirve** si se consume 120 horas después de la relación sexual desprotegida o la violación. Su eficacia disminuye considerablemente después de las 48 horas, por lo que es muy importante tomarlas lo antes posible. **Entre más pronto se ingiera más eficaz es el método.**

CONSULTA A TU MÉDICO ANTES DE TOMAR CUALQUIER MEDICAMENTO CUYO USO REQUIERA RECETA MÉDICA.

ÉSTE NO ES UN MÉTODO ABORTIVO, POR LO QUE NO FUNCIONA SI YA EXISTE UN EMBARAZO, Y NO AFECTA AL EMBRIÓN.



**ANTICONCEPCIÓN
DE EMERGENCIA**

| MARCAS | 1ª DOSIS durante las primeras 120 horas después de la relación | 2ª DOSIS máximo 12 horas después de la primera dosis* |
|--|--|---|
| Eugynon 50 Nordiol Ovral Neogynon | 2 pastillas | 2 pastillas |
| Lo-Femenal Nordet Microgynon | 4 pastillas | 4 pastillas |
| Postinor2 Postday Vika Glanique | 1 pastilla | 1 pastilla |

* Se puede acortar el tiempo entre ambas dosis, pero en ningún caso deben pasar más de 12 horas entre ellas.

¿QUÉ ES?

La anticoncepción de emergencia permite prevenir un embarazo después de una violación o de haber tenido relaciones sexuales sin protección.

El método consiste en tomar cierta dosis de píldoras anticonceptivas —que se consiguen en cualquier farmacia—, antes de que transcurran 120 horas (5 días) después del contacto sexual. **Su eficacia disminuye considerablemente después de las 48 horas (2 días), por lo que es muy importante tomarlas lo antes posible.**

¿CÓMO FUNCIONA?

Según el momento del ciclo menstrual en que se encuentre la mujer, la anticoncepción de emergencia puede:

- detener la liberación de los óvulos, o
- impedir la fecundación

¿CÓMO Y CUÁNDO

TOMAR LAS PASTILLAS?

Para utilizar las píldoras anticonceptivas de emergencia es necesario que no hayan pasado más de 120 horas después de la violación o la relación sexual sin protección. **Entre más pronto se ingieran más eficaz es el método.**

Las píldoras (la marca), la dosis y el momento en que se debe ingerir se indican en el siguiente cuadro:

| MARCAS | 1ª DOSIS durante las primeras 120 horas después de la relación | 2ª DOSIS máximo 12 horas después de la primera dosis* |
|--|--|---|
| Eugynon 50 Nordiol Ovral Neogynon | 2 pastillas | 2 pastillas |
| Lo-Femenal Nordet Microgynon | 4 pastillas | 4 pastillas |
| Postinor2 Postday Vika Glanique | 1 pastilla | 1 pastilla |

* Se puede acortar el tiempo entre ambas dosis, pero en ningún caso deben pasar más de 12 horas entre ellas.



PRECAUCIÓN: Si se toman las píldoras de un paquete que contiene 28, es necesario asegurarse de tomar las que contienen hormonas, pues siete de ellas son de azúcar o hierro y vienen marcadas con un color distinto, las restantes contienen hormonas y son las que deben consumirse.

¿QUÉ EFECTOS

COLATERALES PRODUCE?

Se ha demostrado científicamente que la anticoncepción de emergencia no causa alteraciones a largo plazo en la salud de las mujeres que la han utilizado esporádicamente. No obstante, se pueden presentar mareos, náuseas o vómitos en algunas de las mujeres que usan este método.

Si se presentan náuseas, es necesario tomar las píldoras anticonceptivas con los alimentos o tomar una medicina contra el vómito media hora antes de ingerirlas (los llamados antieméticos como Dramamine).



PRECAUCIÓN: Sólo en caso de vómito se debe tomar una dosis extra. Tomar más píldoras de las indicadas no hace al método más efectivo y puede incrementar la sensación de náusea.

Otras reacciones que puede provocar la anticoncepción de emergencia, aunque menos comunes, son: hipersensibilidad en los senos, dolor de cabeza, retención de líquidos y mareos.

Ninguna de estas reacciones debe durar más de 24 horas. De ser así, se debe consultar a un médico.

ADVERTENCIAS



Éste no es un método abortivo, por lo que no funciona si ya existe un embarazo.



Consulta a tu médico antes de tomar cualquier medicamento cuyo uso requiera receta médica.



Desde el 21 de enero del 2004, la AE está incluida en la Norma Oficial Mexicana de Planificación Familiar.