

# La píndola del dia després. Anticoncepció d'urgència

## Què és?

És coneguda com la *píndola del dia després* i serveix per evitar l'embaràs després d'una relació sexual coital sense mètodes anticonceptius o si no s'han utilitzat correctament. S'ha de prendre tan aviat com es pugui en les 72 h (3 dies) posteriors a les relacions sexuals sense protecció. Conté una hormona (progestagen) en dosis elevades.

Només serveix per evitar l'embaràs en aquesta relació sexual coital concreta. Per tant, en les relacions sexuals coitals següents cal utilitzar algun mètode contraceptiu segur.

## Què no és?

No és un mètode anticonceptiu vàlid per prevenir l'embaràs a llarg termini. És un mètode per fer servir en cas d'urgència. No protegeix contra les malalties de transmissió sexual.

## Quan i com s'ha de prendre?

Es pren una única píndola dins de les primeres 72 h (3 dies) posteriors a la relació sexual sense protecció. La màxima efectivitat de la píndola és durant les primeres 12 h després de la relació sexual. Cada 12 h més de retard en la seva presa, l'efectivitat disminueix.

En cas de vòmits o diarrea durant les 3 primeres hores després de la presa del comprimit, cal consultar.

## És possible quedar-se embarassada tot i haver pres la píndola?

Encara que durant les primeres hores és molt efectiva, no té una seguretat absoluta. L'efectivitat depèn del temps transcorregut des de la relació sexual.

## On s'aconsegueix la píndola?

Es pot aconseguir a les farmàcies sense recepta mèdica o bé als centres d'atenció primària. En cas de dubte és recomanable anar al metge o a la infermera per informar-se dels efectes de la medicació i sobre els mètodes anticonceptius per prevenir situacions similars: per exemple, el

preservatiu, que és un mètode molt segur que evita l'embaràs i les infeccions de transmissió sexual i, per tant, és molt recomanable.

## Què passa quan es pren?

Una setmana després de prendre la píndola es produeix un sagnat semblant al de la menstruació i les 2 o 3 regles següents poden variar la seva freqüència i intensitat.

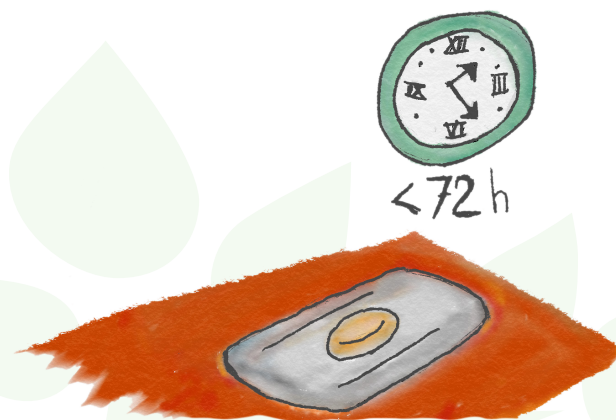
La regla ha de venir, com a màxim, 3 setmanes després del tractament. Si no és així, cal fer-se una prova d'embaràs, que es pot comprar a la farmàcia.

## Quins efectes secundaris pot donar?

Pot donar mal de cap, de panxa, nàusees o vòmits, dolor menstrual i mareig.

## Què passa si han passat més de 72 h?

Tot i que l'efectivitat disminueix molt, s'han descrit casos en què s'ha fet servir fins a les 120 h (5 dies) posteriors a la relació de risc sense complicacions. Tanmateix, per confirmar la seva eficàcia caldrà esperar al sagnat corresponent al 21è dia després de la relació: si no es produeix, caldrà fer-se un test d'embaràs.



## Què passa si em quedo embarassada?

Ves al teu metge o ginecòleg per rebre informació i orientació mèdica (Programa Sanitari d'Atenció a la Salut Sexual i Reproductiva [ASSIR]) o bé truca al telèfon d'informació de Sanitat Respon 24 h: 902 111 444.