

# La píldora del día después. Anticoncepción de urgencia

## ¿Qué es?

Es conocida como *la píldora del día después* e impide el embarazo después de una relación sexual coital sin métodos anticonceptivos o si estos no se han utilizado correctamente. Se debe tomar lo antes posible, en las 72 h (3 días) posteriores a las relaciones sexuales sin protección. Contiene una hormona (progestágeno) en dosis elevadas.

Solo evita el embarazo en una relación sexual coital concreta: por lo tanto, en las relaciones sexuales coitales siguientes hay que utilizar algún método contraceptivo seguro.

## ¿Qué no es?

No es un método anticonceptivo válido para prevenir el embarazo a largo plazo. Solo es un método útil en caso de urgencia. No protege contra las enfermedades de transmisión sexual.

## ¿Cuándo y cómo se debe tomar?

Se toma una única píldora durante las primeras 72 h (3 días) posteriores a la relación sexual sin protección. La máxima efectividad de la píldora se consigue durante las primeras 12 h después de la relación sexual. Cada 12 h de retraso en la administración conlleva la disminución de su efectividad.

En caso de vómitos o diarrea durante las 3 horas siguientes a la toma del comprimido se debe consultar al médico.

## ¿Es posible quedarse embarazada pese a haber tomado la píldora?

Aunque durante las primeras horas es muy efectiva, no ofrece una seguridad absoluta. La efectividad depende del tiempo transcurrido desde la relación sexual.

## ¿Dónde se puede conseguir la píldora?

Se puede conseguir en las farmacias, sin receta médica, o bien en los centros de atención primaria. En caso de duda es recomendable acudir al médico o a enfermería para informarse sobre los efectos de la medicación y sobre métodos anticonceptivos para prevenir situaciones similares: por ejemplo, el preservativo, que es un método muy seguro y que evita tanto el embarazo como las enfermedades de

transmisión sexual y, por lo tanto, es muy recomendable.

## ¿Qué ocurre al tomar la píldora?

Una semana después de tomar la píldora se produce un sangrado similar al de la menstruación. Las 2 o 3 reglas siguientes pueden sufrir variaciones en su frecuencia e intensidad habituales.

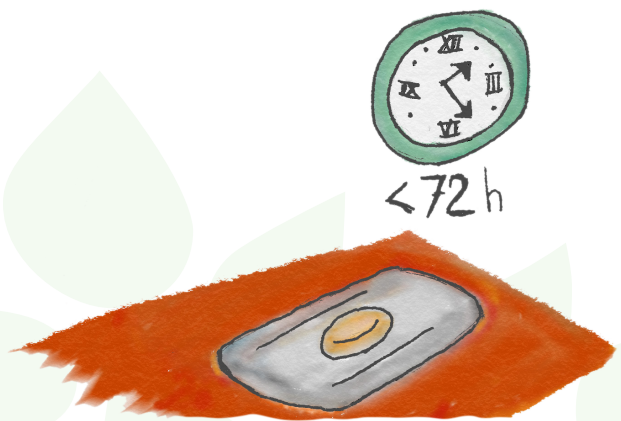
La regla debe aparecer, como máximo, 3 semanas después del tratamiento. Si no es así, es necesaria una prueba de embarazo, que se puede comprar en la farmacia.

## ¿Qué efectos secundarios puede provocar?

Puede provocar dolor de cabeza, de estómago, náuseas o vómitos, dolor menstrual y mareo.

## ¿Qué pasa si ya han transcurrido más de 72 h?

Aunque la efectividad disminuye mucho, se han descrito casos de uso hasta las 120 h (5 días) posteriores a la relación de riesgo, sin complicaciones. Sin embargo, para confirmar su eficacia habrá que esperar al sangrado correspondiente al día 21 después de la relación: si este no se produce, habrá que realizar un test de embarazo.



## ¿Qué pasa si me quedo embarazada?

Acude al médico o ginecólogo para recibir información y orientación médica (Programa Sanitario de Atención a la Salud Sexual y Reproductiva [ASSIR]) o bien llama al teléfono de información de Sanidad Responde 24 h: 902 111 444.