

# CONTRACEÇÃO DE EMERGÊNCIA

## QUANDO OS OUTROS MÉTODOS FALHAM

A SUA SAÚDE | [www.bluepharmagenericos.pt](http://www.bluepharmagenericos.pt)

É o receio de engravidar após uma relação sexual desprotegida ou mal protegida que justifica a contraceção de emergência. Nunca deve ser usada como método contraceptivo regular.

### CONTRACEÇÃO MUITO PARTICULAR

Uma 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 incorretamente, foi mal colocado ou rompeu-se;
- ▶ O dispositivo intrauterino (DIU) se deslocou;
- ▶ O anel vaginal é expulso antes do tempo.

### UMA QUESTÃO DE CICLO

Qualquer mulher, desde que sexualmente ativa, pode engravidar. É, pois, importante compreender o ciclo menstrual e saber 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 CONTRACEÇÃO DE EMERGÊNCIA

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

Na ausência ou falha da contraceção, é possível recorrer a um método contraceptivo de emergência: vulgarmente conhecido por "pílula do dia seguinte".

No entanto, este termo não deve ser levado à letra porque, apesar de ser mais eficaz nas primeiras 12h após a relação sexual, consoante o medicamento, pode ser utilizada até 72h e, em alguns casos até 5 dias após a mesma.

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

Este contraceptivo de emergência deve ser tomado o mais cedo possível após a relação sexual desprotegida:

- ▶ Se vomitar nas três horas após a toma, esta deve ser repetida.

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

### PREVINE A GRAVIDEZ, MAS...

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

Contudo, se a nidação tiver ocorrido, 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 sua toma utilizar o preservativo até ao aparecimento da menstruação seguinte e, caso faça contraceção hormonal regular deve continuar. A pílula contraceptiva de emergência pode atrasar a menstruação, mas se ela não ocorrer deve efetuar um teste de gravidez.

### O ÚLTIMO RECURSO

A pílula de emergência não é isenta de contraindicações, por isso informe-se 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 deve repetir a toma no mesmo ciclo menstrual, nem utilizá-la como um contraceptivo regular.

A INFORMAÇÃO DISPONIBILIZADA NÃO DISPENSA A CONSULTA DE UM PROFISSIONAL DE SAÚDE.

infoSaúde  
bluepharma<sup>®</sup>  
GENÉRICOS