

¿Qué es la Píldora del Día Después? PDD

La píldora del día después, es un método anticonceptivo que se usa para evitar un embarazo tras una relación sexual con riesgo de embarazo.

Las relaciones sexuales con riesgo de embarazo pueden ser:

- Aquellas en las que haya existido eyaculación sin protección en un coito vaginal o anal heterosexual, por riesgo de contacto semen-vagina.
- Cuando se haya producido un fallo en el método anticonceptivo utilizado.

¿Dónde puedes obtener más información?

- **En tu Centro de Salud, en los Centros de Salud Sexual y Reproductiva y en la oficina de farmacia.** Pregúntanos todas tus dudas, te ayudaremos a resolverlas.



Puedes solicitar tu cita directamente con tu Centro de Salud o con tu Centro de Salud Sexual y Reproductiva, solicitándola en tu oficina de farmacia o bien accediendo a www.san.gva.es/citaprevia

¿Qué tienes que saber cuando utilizas la píldora del día después?

- Se trata de **una toma única. Tómala lo más pronto posible**, dentro de las 72 horas después de la relación sexual con riesgo de embarazo. La eficacia es óptima en las primeras 48 horas.
- No requiere de exámenes ni pruebas médicas.
- La píldora del día después sólo protege del riesgo de embarazo del coito realizado con anterioridad a su toma.
- Si vomitas dentro de las tres horas siguientes hay que volver a repetir el tratamiento.
- Es un método anticonceptivo. **No es un método abortivo.** Si la tomas estando embarazada, el embarazo continuará normalmente.
- **Aunque no son frecuentes, puede producir efectos secundarios** como náuseas, dolor de estómago, dolor de cabeza, mareo o molestias en las mamas.

¿Dónde adquirirla?

- **En las oficinas de farmacia (presencial u on-line)**, donde se facilita sin receta médica y hay que pagarla. El farmacéutico comunitario podrá resolver cualquier duda que tengas.
- **En los Centros de Salud Sexual y Reproductiva**, donde se administrará de forma gratuita en una consulta, en ella podrás resolver dudas sobre sexualidad, anticoncepción y prevención de infecciones de transmisión sexual.

IMPORTANTE

- **No está recomendado el uso habitual de la píldora del día después.** Solo para emergencias. En ningún caso debe sustituir a un método anticonceptivo convencional. Es un recurso de "reserva".
- **La píldora del día después no protege del VIH ni de otras Infecciones de Transmisión Sexual.**
- El preservativo es el único método anticonceptivo que previene las infecciones de transmisión sexual, además de evitar los embarazos no deseados.
- Las relaciones sexuales, además de satisfactorias, es muy importante que sean seguras. Esto evita miedos, incertidumbres y problemas posteriores.
- Las relaciones sexuales son un medio de comunicar sentimientos y sensaciones. Pueden ser muy diversas y permiten muchas posibilidades. No siempre tienen que incluir la penetración.
- Si decides tener relaciones sexuales con penetración, **utiliza métodos anticonceptivos de forma planificada.**
- Para elegir el mejor método anticonceptivo, que se adapte a tus deseos y circunstancias personales **acude a tu Centro de Salud o a un Centro de Salud Sexual y Reproductiva.**

— EL —
sexo seguro
es

responsabilidad

de
las mujeres
y de
los hombres.

— LOSHOMBRES —

también están
involucrados
en la
anticoncepción

— y en —
LA EVITACIÓN
de situaciones
de riesgo.

Què és la Píndola de l'Endemà? PDD

La píndola de l'endemà és un mètode anticonceptiu que s'usa per a evitar un embaràs després d'una relació sexual amb risc d'embaràs.

Les relacions sexuals amb risc d'embaràs poden ser:

- Aquelles en què ha existit ejaculació sense protecció en un coit vaginal o anal heterosexual, per risc de contacte semen-vagina.
- Quan s'ha produït una fallada en el mètode anticonceptiu utilitzat.

On pots obtenir'n més informació?

- **Al teu centre de salut, als centres de salut sexual i reproductiva i a l'oficina de farmàcia.** Pregunta'ns tots els teus dubtes, t'ajudarem a resoldre'ls.



Pots demanar la cita directament al teu centre de salut o al teu centre de salut sexual i reproductiva, en la teua oficina de farmàcia o bé en www.san.gva.es/citaprevia

Què has de saber quan utilitzes la píndola de l'endemà?

- Es tracta d'**una presa única. Pren-la com més prompte millor** dins de les 72 hores després de la relació sexual amb risc d'embaràs. L'eficàcia és òptima en les primeres 48 hores.
- No requereix exàmens ni proves mèdiques.
- La píndola de l'endemà només protegeix del risc d'embaràs del coit realitzat abans d'haver-la presa.
- Si vomites dins de les tres hores següents cal tornar a repetir el tractament.
- És un mètode anticonceptiu. **No és un mètode abortiu.** Si la prens i estàs embarassada, l'embaràs continuarà normalment.
- **Encara que no són freqüents, pot produir efectes secundaris:** nàusees, mal de panxa, mal de cap, mareig o molèsties als pits

On adquirir-la?

- **A les oficines de farmàcia (presencial o en línia),** on es facilita sense recepta mèdica i cal pagar-la. El farmacèutic comunitari podrà resoldre qualsevol dubte que tingues.
- **Als centres de salut sexual i reproductiva,** on s'administrarà de forma gratuïta en una consulta i on podràs resoldre dubtes sobre sexualitat, anticoncepció i prevenció d'infeccions de transmissió sexual.

IMPORTANT

- **No està recomanat l'ús habitual de la píndola de l'endemà.** Només per a emergències. En cap cas ha de substituir un mètode anticonceptiu convencional. És un recurs de "reserva".
- **La píndola de l'endemà no protegeix del VIH ni d'altres infeccions de transmissió sexual.**
- El preservatiu és l'únic mètode anticonceptiu que prevé les infeccions de transmissió sexual, i que a més evita els embarassos no desitjats.
- Les relacions sexuals, a més de satisfactòries, és molt important que siguin segures. Això evita pors, incerteses i problemes posteriors.
- Les relacions sexuals són un mitjà de comunicar sentiments i sensacions. Poden ser molt diverses i permeten moltes possibilitats. No sempre han d'incloure la penetració.
- Si decideixes tindre relacions sexuals amb penetració, **utilitza mètodes anticonceptius de forma planificada.**
- Per a triar el millor mètode anticonceptiu, el que s'adapte als teus desitjos i circumstàncies personals, **acudeix al teu centre de salut o a un centre de salut sexual i reproductiva.**

EL
sexe segur

és

responsabilitat

de

les dones
i dels
homes.

ELSHOMES

també estan
involucrats

en

l'anticoncepció
i en

L'EVITACIÓ
de situacions
de risc.