



Oficinas regionales de pro familia

Baden-Württemberg

Theodor-Heuss-Straße 23
70174 Stuttgart
Tel. 07 11 / 2 59 93 53
lv.baden-wuerttemberg@profamilia.de

Bayern

Rumfordstraße 10
80469 München
Tel. 0 89 / 29 08 40 46
lv.bayern@profamilia.de

Berlin

Kalckreuthstraße 4
10777 Berlin
Tel. 0 30 / 2 13 90 20
lv.berlin@profamilia.de

Brandenburg

Charlottenstraße 30
14467 Potsdam
Tel. 03 31 / 7 40 83 97
lv.brandenburg@profamilia.de

Bremen

Hollerallee 24
28209 Bremen
Tel. 04 21 / 3 40 60 60
lv.bremen@profamilia.de

Hamburg

Seewartenstraße 10
20459 Hamburg
Tel. 0 40 / 3 09 97 49-30
lv.hamburg@profamilia.de

Hessen

Palmengartenstraße 14
60325 Frankfurt/Main
Tel. 0 69 / 44 70 61
lv.hessen@profamilia.de

Mecklenburg-Vorpommern

Wismarsche Straße 6-7
18057 Rostock
Tel. 03 81 / 3 13 05
lv.mecklenburg-vorpommern@profamilia.de

Niedersachsen

Lange Laube 14
30159 Hannover
Tel. 05 11 / 30 18 57 80
lv.niedersachsen@profamilia.de

Nordrhein-Westfalen

Kolpingstraße 14
42103 Wuppertal
Tel. 02 02 / 2 45 65 10
lv.nordrhein-westfalen@profamilia.de

Rheinland-Pfalz

Schießgartenstraße 7
55116 Mainz
Tel. 0 61 31 / 23 63 50
lv.rheinland-pfalz@profamilia.de

Saarland

Mainzer Straße 106
66121 Saarbrücken
Tel. 06 81 / 96 81 76 77
lv.saarland@profamilia.de

Sachsen

Strehleener Str. 12-14
01069 Dresden
Tel. 03 51 / 21 09 38 45
lv.sachsen@profamilia.de

Sachsen-Anhalt

Zinksgartenstraße 14
06108 Halle
Tel. 03 45 / 5 22 06 36
lv.sachsen-anhalt@profamilia.de

Schleswig-Holstein

Marienstraße 29-31
24937 Flensburg
Tel. 04 61 / 9 09 26 20
lv.schleswig-holstein@profamilia.de

Thüringen

Erfurter Straße 28
99423 Weimar
Tel. 0 36 43 / 77 03 03
lv.thueringen@profamilia.de

Stempel der Beratungsstelle

de estar embarazada, padecer de una inflamación en el vientre o presentar una malformación del útero.

¿Cómo actúa?

El cobre que se encuentra en el DIU ejerce una influencia sobre el útero y los oviductos. Estas transformaciones trastornan la movilidad del espermatozoide. El DIU del día después también puede evitar que el óvulo fecundado se anide en el útero.

¿Qué efectos secundarios se pueden esperar?

Algunas mujeres pueden presentar dolores espasmódicos durante y poco después de la colocación del DIU. Al principio pueden presentarse hemorragias viscosas. Frecuentemente, las primeras menstruaciones después de haberse colocado el DIU son más fuertes y duran más tiempo y los dolores de vientre pueden ser más fuertes.

¿Qué seguridad tiene?

Se puede evitar un embarazo con alrededor del 99 % de seguridad.

¿Dónde se puede adquirir y cuánto cuesta?

El DIU será recetado y colocado por la ginecóloga / el ginecólogo y cuesta entre 130 y 180 euros. Por ley, las mutuales del seguro de salud deben asumir los gastos en el caso de mujeres de hasta 20 años de edad y aseguradas mediante el seguro público de salud. Sin embargo, en algunos casos puede resultar difícil hacer valer ese derecho.

Impressum: © 2014, **pro familia** Deutsche Gesellschaft für Familienplanung, Sexualpädagogik und Sexualberatung e. V., Bundesverband, Stresemannallee 3, 60596 Frankfurt am Main, Tel. 0 69 / 25 95 77 90, www.profamilia.de.

1. Auflage 2014: 10.000

Gefördert von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA).

A falta de datos, no se recomienda tomarla varias veces durante el mismo ciclo.

Si se utiliza durante la lactancia se aconseja bombear la leche materna durante las 36 horas siguientes y tirarla a causa de que no se dispone de datos al respecto.

Interacciones

Es posible que el acetato de ulipristal pueda perjudicar la eficacia de los anticonceptivos hormonales. Esto se debe tener en cuenta cuando se toma la píldora del día después por haber cometido un error al emplear los anticonceptivos hormonales. Por esta razón se recomienda utilizar adicionalmente anticonceptivos (por ejemplo un preservativo) hasta la próxima regla.

Resumen

A causa de los pocos datos disponibles sobre el acetato de ulipristal se recomienda utilizarlo tan sólo cuando sea demasiado tarde para emplear la píldora con levonorgestrel (cuando ya han pasado más de 72 horas después de tener relaciones sexuales sin protección).

EL DIU DEL DÍA DESPUÉS

¿Qué es?

El DIU del día después es un DIU normal de cobre, como el que también se usa para la protección anticonceptiva a largo plazo. La ginecóloga / el ginecólogo se lo colocará en el útero. Consulte a tiempo a su médica o médico para saber si este método es adecuado para usted, sobre todo, si usted no ha tenido hijos hasta ahora.

¿Cuándo se puede colocar?

Para evitar un embarazo le tendrán que colocar el DIU dentro de los cinco días después de tener relaciones sexuales sin protección. No se debe utilizar en caso

años, los datos disponibles no son todavía suficientes como para poder realizar una evaluación definitiva.

Tiempo prolongado de empleo

La diferencia más importante es que la píldora del día después con acetato de ulipristal se puede emplear hasta cinco días después de tener relaciones sexuales sin protección.

Forma de acción

Al igual que los productos disponibles hasta ahora, también el acetato de ulipristal impide el embarazo, fundamentalmente, porque posterga o evita la ovulación. Sin embargo, el acetato de ulipristal también puede evitar la ovulación si se toma inmediatamente antes de tener relaciones sexuales. Por el contrario, el levonorgestrel solamente evita la ovulación si se toma, por lo menos, un día antes. Probablemente, ninguno de los dos productos pueda evitar que el ovario fecundado se anide.

Costes más altos

La píldora del día después con acetato de ulipristal es más cara que los productos disponibles hasta ahora.

Efectos secundarios

Según los datos actuales, los efectos secundarios de ambos productos parecen comparables. Sin embargo, hasta ahora no existen suficientes datos sobre el acetato de ulipristal como para evaluar los riesgos para la salud a largo plazo.

Interrogantes

Actualmente no se pueden excluir daños en el embrión si una mujer se queda embarazada a pesar del acetato de ulipristal o ya estaba embarazada antes. Sin embargo, los datos y las experiencias actuales con sustancias similares tampoco indican que pueda producirse un daño semejante.

¿Qué puede hacer usted si ha ocurrido lo que no debía ocurrir?

No existe ningún método anticonceptivo absolutamente seguro. Por lo tanto, en cualquier momento puede ocurrir un «accidente». Pero también después de tener relaciones sexuales sin protección se puede todavía evitar un embarazo. Existen dos métodos para la protección anticonceptiva posterior (también llamada anticoncepción de emergencia): **la píldora del día después o el DIU (dispositivo intrauterino) del día después.**

Usted puede tomar la píldora del día después o el DIU del día después si teme quedarse embarazada porque, por ejemplo

- el preservativo se resbaló o se rompió,
- el diafragma estaba mal colocado o se desplazó,
- se olvidó de tomar la píldora,
- usted no está segura de que la píldora anticonceptiva haya tenido efecto porque tiene vómitos y diarrea,
- el efecto de la píldora se vio influenciado negativamente por la toma de otros medicamentos,
- no utilizó ningún método anticonceptivo
- o fue obligada a tener relaciones sexuales sin protección.

Después de tener relaciones sexuales sin suficiente protección anticonceptiva es muy difícil pronosticar cuán grande es el riesgo de quedar embarazada. Si usted no quiere quedar embarazada de ninguna manera, en caso de duda es más seguro tomar la píldora del día después que rogar que »no pase nada«.

La píldora del día después y el DIU intrauterino del día después no ofrecen ninguna protección contra enfermedades que se transmiten por contacto sexual. En ese caso, solamente protegen los preservativos.

LA PÍLDORA DEL DÍA DESPUÉS

¿Qué es la píldora del día después?

La píldora del día después puede contener, según el producto, la hormona levonorgestrel o acetato de ulipristal como principio activo.

¿Cómo la debo tomar?

La píldora del día después con levonorgestrel se debe tomar dentro de las 72 horas después de tener relaciones sexuales. Cuanto más pronto la tome, más seguro será el efecto. La mayor seguridad se obtiene tomándola dentro de las 24 horas posteriores.

La píldora del día después con acetato de ulipristal se puede tomar hasta cinco días después de tener relaciones sexuales.

En caso de que se produzcan vómitos dentro de las tres primeras horas después de haber tomado la píldora del día después, usted deberá tomar otra lo más rápido posible.

¿Qué efecto tiene?

El efecto más importante de la píldora del día después es que posterga o incluso evita la ovulación. De esta forma, no se puede producir la fecundación del óvulo. Además, probablemente ejerza una influencia sobre el transporte del óvulo y los espermatozoides en los oviductos. Si un óvulo ya ha sido fecundado, la píldora del día después probablemente ya no pueda evitar que se anide en el útero.

Si un óvulo fecundado ya se ha asentado en la mucosa del útero, la píldora del día después ya no tendrá efecto y con ella no se podrá interrumpir el embarazo.

¿Se puede utilizar como método anticonceptivo a largo plazo?

La píldora del día después no es recomendable como método anticonceptivo de uso regular o a largo plazo. Los siguientes argumentos hablan en su contra:

- otros anticonceptivos (como por ejemplo la píldora, el preservativo, el anillo vaginal, etc.) son más confiables.
- la píldora del día después es más cara que los otros anticonceptivos.
- los anticonceptivos que se emplean a largo plazo son más tolerables.

Sin embargo, en caso de que usted deba volver a tomar la píldora del día después, por ejemplo en dos meses consecutivos, esto es inofensivo desde el punto de vista médico.

¿Cuán segura es ?

Cuanto más pronto la tome, más seguro será el efecto. Si se toma la píldora del día después dentro de las 24 horas después de tener relaciones sexuales se pueden evitar alrededor de nueve de diez posibles embarazos. Si se la toma al tercer día, es decir después de 48 a 72 horas, los productos con levonorgestrel pueden evitar aproximadamente seis de diez posibles embarazos.

En el caso de la píldora del día después con acetato de ulipristal, el efecto probablemente siga siendo alto cinco días después de tener relaciones sexuales sin protección. Por cierto, no existen aún muchos datos al respecto para poder emitir un juicio definitivo.

Si la próxima regla se atrasa en más de una semana o es mucho más débil, tendrá que hacer un test de embarazo. En caso de que usted utilice anticonceptivos hormonales mediante los cuales no tiene la regla, deberá hacer un test de embarazo después de tres semanas.

¿Tiene efectos secundarios?

La píldora del día después no tiene efectos secundarios serios. Lo que puede ocurrir es que el ciclo se desplace. El siguiente periodo puede retrasarse o adelantarse más de lo esperado.

Aproximadamente, el 20 % de las mujeres padece náuseas pasajeras o vómitos después de tomarla. Raramente aparecen dolor de cabeza, mareos, tensión de los pechos, dolor de vientre o cansancio. Estos efectos secundarios desaparecen después de pocos días.

La píldora del día después no repercute sobre la fertilidad.

¿Y después de su empleo?

La píldora del día después tiene un efecto a corto plazo y posterior. Esto significa que usted tendrá que protegerse cada vez que tenga relaciones sexuales durante el ciclo (por ejemplo con preservativos), aunque haya tomado antes la píldora del día después.

También las mujeres que utilizan la píldora como método anticonceptivo a largo plazo tienen que seguir protegiéndose adicionalmente hasta que la píldora vuelva a tener un efecto seguro. Según el producto, esto puede tardar más o menos. Si usted ha utilizado la píldora del día después con acetato de ulipristal tiene que tener en cuenta que, probablemente, el efecto de los anticonceptivos hormonales se vea reducido. Por esta razón, se recomienda emplear una protección adicional con anticonceptivos hasta la siguiente regla (por ejemplo preservativos).

¿Dónde se puede adquirir?

La píldora del día después con levonorgestrel se puede comprar sin receta en la farmacia en muchos países europeos, es decir también en varios países limítrofes.

En Alemania se exige una receta para la píldora del día después. Con receta se puede adquirir en la farmacia. La receta puede ser extendida por cualquier médica o médico (es decir, por ejemplo también su médica o médico de cabecera). Durante el fin de semana, los días festivos o por la noche puede dirigirse al servicio médico de urgencias o a la sección de ginecología de un hospital. No es necesario realizar ninguna examinación ginecológica antes de la administración.

¿Cuánto cuesta?

La píldora del día después con levonorgestrel como principio activo cuesta entre 17 y 21 euros, según el producto.

La píldora del día después con acetato de ulipristal cuesta alrededor de 35 euros. Las mutuales del seguro de salud asumen los gastos en el caso de mujeres de hasta 20 años de edad. Las mujeres de 18 ó 19 años de edad deberán pagar por la receta un arancel de 5 euros.

¿Qué diferencia hay entre la píldora con levonorgestrel y con acetato de ulipristal?

La píldora del día después con levonorgestrel ya existe en Alemania desde el año 2000 y la píldora con acetato de ulipristal se encuentra en el mercado desde el año 2009.

Pocas experiencias y pocos resultados de investigación

La píldora del día después basada en el acetato de ulipristal como principio activo ha sido calificada como segura y efectiva mediante el documento de Idoneidad Europea. Pero contrariamente a la píldora basada en levonorgestrel, reconocida desde hace muchos