

Planned Parenthood Northern California 1-925-676-0300

**¿Qué es la anticoncepción de emergencia?**

La anticoncepción de emergencia puede evitar un embarazo después de tener sexo sin protección. También se la conoce como método anticonceptivo de emergencia, método anticonceptivo de respaldo o píldora del día después. Los anticonceptivos de emergencia deben tomarse tan pronto como sea posible y hasta 5 días después de tener sexo sin protección.

Hay dos tipos de anticonceptivos de emergencia:

- Anticonceptivo intrauterino de cobre (AIU de cobre): una pequeña pieza pequeña en forma de T hecha de plástico que contiene cobre que se introduce en el útero. El anticonceptivo intrauterino de cobre también puede usarse como método anticonceptivo continuo.
- Píldoras anticonceptivas de emergencia (AE): un tipo de píldora anticonceptiva de emergencia fabricada con acetato de ulipristal (AUP). Otro tipo de píldora anticonceptiva de emergencia contiene una hormona femenina: el progestágeno.

**¿Qué grado de eficacia tiene la anticoncepción de emergencia?**

El anticonceptivo intrauterino de cobre es el método más eficaz, ya que reduce el riesgo de embarazo en más del 99% si se coloca dentro de los 5 días posteriores a haber tenido sexo sin protección.

El acetato de ulipristal reduce el riesgo de embarazo hasta en un 85% y tiene la misma eficacia si se lo toma cualquier día hasta 5 días después del sexo sin protección. Pero, si tienes sobrepeso, es posible que disminuya su efectividad.

Los anticonceptivos de emergencia de progestina reducen el riesgo de embarazo de un 75% a un 89% si empiezas a tomarlos dentro de los 3 primeros días después de la relación sexual. Es menos eficaz a medida que transcurre el tiempo y puede no funcionar 4 o 5 días después de haber tenido relaciones sexuales. Asimismo, si tienes sobrepeso, es posible que disminuya su efectividad.

**¿Cómo funciona la anticoncepción de emergencia?**

El anticonceptivo intrauterino de cobre funciona principalmente al afectar la manera en que los espermatozoides se mueven, de modo que no puedan unirse al óvulo.

Ambos tipos de píldoras anticonceptivas de emergencia evitan que los ovarios liberen óvulos (ovulación).

No puede producirse un embarazo si el óvulo y el espermatozoide no se juntan.

**¿Cuándo debería comenzar a usar anticonceptivos de emergencia?**

Empieza lo antes posible. Usa la anticoncepción de emergencia cada vez que tengas sexo sin protección.

Puedes solicitar anticonceptivos de emergencia cuando los necesites, o puedes conseguirlos con anticipación. Obtenerlos con anticipación te permitirá empezar a tomarlos cuanto antes en caso de que fuera necesario.

**¿Cómo decido qué tipo de anticoncepción de emergencia es mejor para mí?**

Algunos factores que debes tener en cuenta son los siguientes:

- Si deseas el anticonceptivo de emergencia de mayor eficacia. El anticonceptivo intrauterino de cobre es la mejor opción si, además, deseas un método anticonceptivo muy eficaz: puede dejarse colocado para usarlo como método anticonceptivo durante 12 años como máximo.
- Cuando tuviste sexo sin protección
  - El anticonceptivo intrauterino de cobre es el mejor método y puede funcionar hasta 5 días después de haber tenido sexo sin protección. El acetato de ulipristal es el segundo método mejor y puede funcionar durante hasta 5 días.
  - El anticonceptivo de emergencia que contiene progestágeno funciona mejor durante los primeros 3 días.
- Tu peso
  - El anticonceptivo intrauterino de cobre es la mejor opción sin importar cuál sea tu peso.
  - Si tienes sobrepeso, el acetato de ulipristal es la siguiente mejor opción.
  - El anticonceptivo de emergencia que contiene progestágeno puede no ser tan eficaz si tienes sobrepeso.
- Si estás en período de lactancia
  - El anticonceptivo intrauterino de cobre y el anticonceptivo de emergencia de progestágeno son seguros.
  - En cuanto al acetato de ulipristal, solo debes usarlo si estás dispuesta a extraerte la leche y desecharla durante 36 horas.
- Qué tipo de anticonceptivo usas o quieres comenzar a usar. Tu médico o enfermero pueden ayudarte a decidir.

**¿Cuáles son los efectos secundarios de las píldoras anticonceptivas de emergencia?**

Los efectos secundarios posibles desaparecen rápidamente. Por ejemplo:

- Mareos, dolores de cabeza, sensibilidad en los senos
- Náuseas
- Dolor abdominal o cólicos menstruales
- Sangrado entre periodos menstruales

Las píldoras anticonceptivas de emergencia pueden afectar tu próximo periodo menstrual. Podría adelantarse o atrasarse, ser más leve o abundante, ser más corto o más largo. O puede no haber variaciones.

Las píldoras anticonceptivas de emergencia no interrumpen un embarazo. No uses anticoncepción de emergencia si estás embarazada. Si no estás segura, tal vez desees hacer una prueba de embarazo, pero aun si estás embarazada o si quedas embarazada después de tomar las píldoras anticonceptivas de emergencia, no existen pruebas de que estas perjudicarán el embarazo.

**¿Qué otras opciones tengo?**

Puedes elegir “esperar y ver” si quedas embarazada. Nos complacerá hablar contigo sobre todas las opciones.

**¿Qué más debo saber?**

Nos complacerá hablar contigo sobre otras opciones anticonceptivas si no quieres quedar embarazada en este momento.

Lee la información que viene con el paquete de píldoras. La información puede ser diferente de la que te damos nosotros. Comunícate con nosotros por cualquier pregunta que puedas tener.

Algunas mujeres sienten el estómago revuelto después de tomar píldoras anticonceptivas de emergencia. Si esto te preocupa:

- No tomes esta píldora con el estómago vacío.
- Toma medicamentos sin receta contra las náuseas aproximadamente una hora antes de tomar la píldora anticonceptiva de emergencia.

**Instrucciones para el uso de pastillas de anticoncepción de emergencia****Píldoras anticonceptivas de emergencia de progestina**

1. Se le ha dado anticoncepción de emergencia llamada **EContra EZ, EContra One-Step o Next Choice**.
2. Debe tomar una píldora tan pronto como sea posible dentro de 5 días (120 horas) después de relaciones sexuales sin protección. Cuanto antes la tome, mejor funciona para prevenir el embarazo
3. Si está comenzando anticonceptivos hormonales, necesitará usar un método de respaldo (como condones) durante los primeros siete (7) días que esté tomando sus anticonceptivos.

**Píldoras anticonceptivas de emergencia de Ulipristal Acetate**

1. Se le ha dado anticoncepción de emergencia llamada **Ella**
2. Debe tomar una píldora
  - tan pronto como sea posible dentro de 5 días (120 horas) después de relaciones sexuales sin protección. Cuanto antes la tome, mejor funciona para prevenir el embarazo
  - en \_\_\_ días (el \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_)
3. Si está comenzando anticonceptivos hormonales, inícelos en \_\_\_ días (el \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_)
4. Si está comenzando anticonceptivos hormonales, necesitará usar un método de respaldo (como condones) durante los primeros siete (7) días que esté tomando sus anticonceptivos.

**Tu salud es importante para nosotros.** Si tienes preguntas o inquietudes, llámanos. Nos complacerá ayudarte.