

## O QUE PODE SER USADO COMO CONTRACEÇÃO DE EMERGÊNCIA

1. A pílula do dia seguinte (levonorgestrel).
2. A pílula contraceptiva normal, combinada ou não.
3. O dispositivo intra-uterino (DIU).

### NÃO ESPERE!

A contracepção de emergência é mais eficaz quando mais cedo tomar

## COMO USAR A CONTRACEÇÃO DE EMERGÊNCIA

	1ª dose	2ª Dose
Se escolher usar	Dentro de 120 horas (5 dias) depois de uma relação sexual desprotegida	12 horas (1/2 dia), depois da 1ª dose
Pílula do dia seguinte Levonorgestrel (0.75mg/comprimido)	2 Comprimidos (dose única)	
Pílula contraceptiva normal (0.15mg de Levonorgestrel e 0.03mg etinilestradiol)	4 Pímulas	4 Pímulas
DIU	Dirija-se a uma Unidade Sanitária (Pública ou Privada)	

## O que é a contracepção de emergência?

(Pílula do dia seguinte)

Você já sabe que existe a pílula do dia seguinte?

O que é isso?

## O que é Contraceção de Emergência?

A contraceção de emergência é um método que pode ser utilizado após uma relação sexual desprotegida ou na falha na utilização de um método contraceptivo

### Em que condições pode ser utilizada?

A Contraceção de Emergência pode ser utilizada nas 120 horas que se segue a uma relação sexual desprotegida se:

- ✓ Não foi utilizado qualquer método contraceptivo;
- ✓ Houve falha ou erro na utilização de um método contraceptivo;
- ✓ O preservativo rompeu ou ficou retido na vagina;
- ✓ Houve erro de cálculo do período fértil;
- ✓ Houve relações sexuais forçadas (desprotegidas).

### Como funciona a contraceção de emergência?

- ✓ Impede ou atrasa a ovulação (saída do óvulo do ovário da mulher);
- ✓ Impede a fertilização do óvulo (encontro com o espermatozoide);
- ✓ Impede a implantação do óvulo na parede do útero.

### A CONTRACEÇÃO DE EMERGÊNCIA NÃO PROVOCA ABORTO E TAMBÉM NÃO SUBSTITUI O CONTRACEPTIVO NORMAL

### Onde está disponível a Contraceção de Emergência?

- ✓ Unidades Sanitárias;
- ✓ Consultas de Planeamento Familiar;
- ✓ Serviços de Saúde Amigos de Adolescentes e Jovens (SAAJ);
- ✓ Serviços de atendimento integrado à mulher vítima de violência;
- ✓ Serviços de Urgências Médicas;
- ✓ Farmácias Privadas.

Agora já sabe: Depois de usar a contraceção de emergência, procure uma Unidade Sanitária para obter um método contraceptivo regular para prevenção de uma gravidez não planeada.

### Vantagens:

É um método seguro e disponível;  
Reduz os riscos de gravidez não planeada e o recurso ao aborto;  
É para ser usado depois de uma relação sexual desprotegida (incluindo violação ou falhas na contraceção);  
Pode ser usado por qualquer mulher;  
A exposição ao método e os efeitos secundários são de curta duração.

### Atenção:

Não protege contra as ITS e HIV;  
Pode provocar (efeitos secundários): náuseas, vômitos, dor abdominal, hemorragia, sensibilidade nas mamas, dor de cabeça, tonturas e fadiga.

### NÃO ESPERE!

A contraceção de emergência é mais eficaz quando mais cedo tomar

Se após 3 semanas não tiver o período menstrual vá à unidade sanitária para despiste de gravidez