





# Contraceção de emergência (CE)





Pílula de levonorgestrel de 1,5 mg, Pílula de acetato de ulipristal, DIU de cobre, DIU de Levonorgestrel de 52 mg



## Como funciona a contraceção de emergência?

- Há **4 tipos** de CE: **2 pílulas e 2 DIUs**. 1 pílula e 1 DIU contêm hormônio progestina, e 1 pílula e 1 DIU não são hormonais.
- A eficácia das pílulas de CE está no **retardo da ovulação**, não havendo óvulo para o espermatozóide fertilizar, a gravidez não ocorre. A CE não interrompe uma gravidez já iniciada nem provoca aborto. A pílula de CE, muitas vezes chamada de **“pílula do dia seguinte”**, pode ser tomada a qualquer momento dentro de 5 dias após a relação sexual para evitar a gravidez. Não previne a gravidez provocada por uma relação sexual fora dessa janela de 5 dias, incluindo o sexo após tomar a pílula.
- A principal eficácia do DIU está em impedir que o espermatozóide fertilize um óvulo. Os DIUs hormonais podem impedir a ovulação em parte do tempo. Pode haver outras formas de eficácia do DIU que não são de todo compreendidas.
- Os DIUs funcionam dentro de 5 dias após o sexo e oferecem contraceção contínua após a inserção.
- A CE pode ser usada em diferentes situações:
  - Sexo pênis-vagina desprotegido.
  - Preocupação se o seu primeiro método de contraceção foi usado corretamente.
  - É um bom método “paliativo” de curto prazo até conseguir outro método de sua preferência.
  - Como “Plano A” de contraceção, caso tenha relações sexuais com pouca frequência.
  - Após um ato de violência sexual.
- As pílulas de CE podem ser usadas com outro método de contraceção para aumentar a proteção contra a gravidez. Mas não use *Plan B* e *Ella* em um espaço de 5 dias entre si, pois seus princípios ativos se neutralizam.
- A CE funciona para pessoas de **todas as idades e que fazem terapia hormonal para a afirmação de gênero**. **Alguns métodos têm menos eficácia em pessoas com IMCs mais altos.**

	 Levonorgestrel Pílula de 1,5 mg	 Pílula de acetato de ulipristal	 DIU hormonal (levonorgestrel de 52 mg)	 DIU de cobre
<b>Marcas</b>	<i>Plan B One Step, Take Action, My Way, AfterPill, My Choice</i> e genéricos.	<i>Ella</i>	<i>Mirena, Liletta</i>	<i>Paragard</i>
<b>Apresentação</b>	Pílula		DIU	
<b>Princípio ativo</b>	Levonorgestrel (hormônio progestina)	Acetato de ulipristal	Levonorgestrel (hormônio progestina)	Cobre
<b>Acesso</b>	Com ou sem receita médica.	Requer receita médica.	Consulte um profissional de saúde para a colocação ou retirada do DIU. É possível retirar o DIU por conta própria se for capaz de sentir os fios.	
<b>Controle do tempo para o uso</b>	Eficaz até 5 dias (120 horas) após a relação sexual, porém mais eficaz nos primeiros 3 dias (72 horas) após o sexo.	Igualmente eficaz até 5 dias (120 horas) após a relação sexual.		
<b>Limites de IMC</b>	Tem máxima eficácia para pessoas com IMC abaixo de 26.	Tem máxima eficácia para pessoas com IMC abaixo de 35.	Tem a mesma eficácia para todos os IMC.	

	 Levonorgestrel Pílula de 1,5 mg	 Pílula de acetato de ulipristal	 DIU hormonal (levonorgestrel de 52 mg)	 DIU de cobre
<b>Eficácia na prevenção da gravidez</b>	89%	94%	99%	
	Alguns medicamentos podem reduzir a eficácia do Plan B, Ella e DIUs hormonais.			Não afetado pela medicação.
<b>Privacidade e controle</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Seu parceiro não será capaz de ver ou sentir que está usando pílulas.</li> <li>• Seu parceiro ou outras pessoas poderão encontrar a embalagem de pílulas guardada ou descartada. Eles poderão vê-la tomar a pílula.</li> <li>• É possível que seu parceiro sinta os fios do DIU com os dedos ou o pênis durante o sexo. Seu profissional de saúde poderá aparar os fios se isso acontecer e for incômodo.</li> <li>• Ninguém será capaz de ver que está usando um DIU.</li> <li>• Alguém com quem more ou com quem compartilhe o seguro de saúde poderá ver uma fatura do seu seguro.</li> <li>• Se outra pessoa estiver acompanhando sua menstruação, ela poderá notar uma alteração no seu ciclo.</li> </ul>			
<b>Interação com contracepção nova ou existente</b>	Pode iniciar ou dar continuidade a outro método de contracepção imediatamente.	Recomenda-se não usar pílulas, adesivo ou anel até 5 ou mais dias após o uso de Ella e, em seguida, usar um método de segurança por 7 dias após o início do uso da pílula, adesivo ou anel.  Não há problema em começar a usar a injeção ou o implante ao mesmo tempo que o Ella. Como o Ella pode ter menos eficácia, use um método de segurança durante 12 dias.	Pode manter o DIU como método de contracepção contínua ou retirá-lo após o ciclo menstrual seguinte. É possível retirar o DIU por conta própria se for capaz de sentir os fios.	
<b>Efeitos colaterais</b>	Não há efeitos colaterais de longo prazo das pílulas de CE. No curto prazo, pode haver náusea, tontura, sensibilidade nos seios, manchas ou alteração do ciclo menstrual.		<i>Leia o código QR na parte inferior deste folheto para obter os folhetos informativos do DIU hormonal e do DIU de cobre, que listam os possíveis efeitos colaterais.</i>	
<b>Uso pós-parto</b>	Todas as formas de CE são seguras para uso logo após o parto. Os dados mostram que nenhuma forma de CE afeta a lactação, amamentação/alimentação ao peito ou desenvolvimento infantil. O Ella (acetato de ulipristal) não foi amplamente estudado no contexto da amamentação/alimentação ao peito, mas o InfantRisk Center, um centro de pesquisa universitário que estuda a transferência de medicamentos para o leite materno, recomenda que seu uso é seguro. Os Centros de Controle e Prevenção de Doenças (CDC) dos EUA recomendam descartar o leite materno extraído por 24 horas após o uso do Ella.			
<b>Perguntas para o seu profissional de saúde</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Posso usar pílulas de CE como meu principal método de contracepção?</li> <li>• Posso conseguir pílulas de CE antes de precisar?</li> <li>• O DIU pode ser retirado depois de funcionar como CE?</li> <li>• Posso usar as pílulas de CE com frequência?</li> <li>• Posso tomar duas pílulas de CE caso tenha um IMC mais alto?</li> <li>• Posso iniciar um novo método ou continuar com meu método ao tomar pílulas de CE?</li> </ul>			

Procure um guia de contracepção e folhetos informativos sobre cada método.

