

# (PAE) Pastillas de Anticoncepción de Emergencia



¿Cuándo se pueden tomar las PAE?



El mañana lo decides hoy



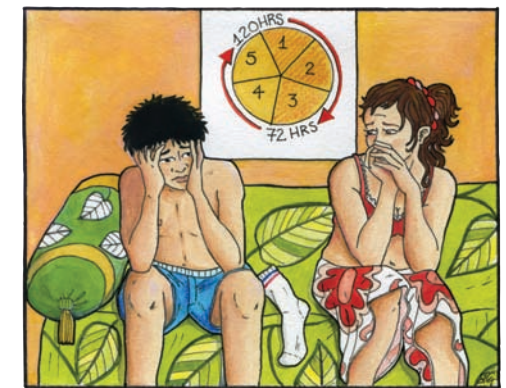
Las PAE en los servicios de salud



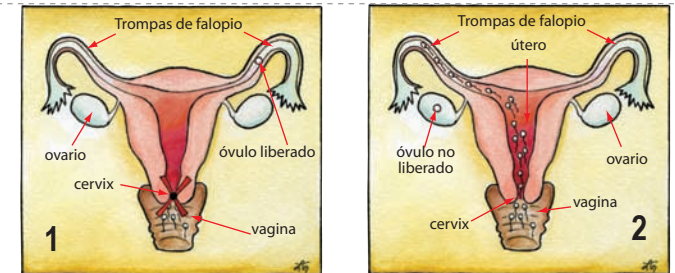
Las PAE en los servicios legales



Derecho a obtener información sobre las PAE



¿En qué casos están indicadas las PAE?



¿Cómo funcionan las PAE?

Marca (producto dedicado o específico)	1ra Dosis durante las primeras 120 horas después de la relación (mayor eficacia en las primeras 72 horas)	2da dosis hasta 12 horas después de la primera dosis *
Alterna	1 PASTILLA	2 PASTILLA
Gianique	1 PASTILLA	1 PASTILLA
Hispatrel	1 PASTILLA	1 PASTILLA
Postday	1 PASTILLA	1 PASTILLA
Postinor 2	1 PASTILLA	1 PASTILLA
Postinor 2 Unidosis (producto de 1 sola pastilla)	1 PASTILLA	****
Siligin	1 PASTILLA	1 PASTILLA
Vika	1 PASTILLA	1 PASTILLA
Marca (píldoras tradicionales)		
Eugynon 50	2 PASTILLAS	2 PASTILLAS
Nordiol	2 PASTILLAS	2 PASTILLAS
Ovral	2 PASTILLAS	2 PASTILLAS
Neoginon	2 PASTILLAS	2 PASTILLAS
Lo-Femenal	4 PASTILLAS	4 PASTILLAS
Nordet	4 PASTILLAS	4 PASTILLAS
Microgynon	4 PASTILLAS	4 PASTILLAS

*Recorta y guarda*

¿Cómo se toman las PAE?



## ¿En qué casos están indicadas las PAE?

Como su nombre lo indica, las PAE son el último recurso para prevenir un embarazo después de tener relaciones sexuales y se indican sólo en caso de emergencia, por ejemplo:

- En caso de violación
- Cuando fallan los anticonceptivos (se rompe el condón, se nos olvida tomar las pastillas anticonceptivas más de dos días seguidos, etc.)
- Cuando se han tenido relaciones sexuales sin protección y se quiere evitar el embarazo

Es importante recordar que las PAE NO deben ser usadas como método regular y que NO previenen contra las infecciones de transmisión sexual, incluyendo el VIH. El condón es el único método seguro para evitarlas.

Para más información consulta [www.en3dias.org.mx](http://www.en3dias.org.mx) o llama al 01-800-363-3427

## ¿Cómo funcionan las PAE?

Dependiendo del momento en el que las PAE se tomen, pueden prevenir un embarazo actuando de alguna de las siguientes maneras:

1. Hacen que la mucosa que se encuentra en la entrada del útero se vuelva más espesa e impida el paso de los espermatozoides.
2. Impiden o retrasan la liberación del óvulo maduro desde el ovario y entonces no es posible que sea fecundado por un espermatozoide.

Las PAE no funcionan una vez que el óvulo fecundado se ha implantado en el útero y ha iniciado el embarazo.

## ¿Cómo se toman las PAE?

En los últimos años se han producido pastillas de anticoncepción de emergencia hechas específicamente para este fin que se pueden comprar en las farmacias y conseguir en algunos servicios de salud. Cuando se usan éstas pastillas dedicadas se toma la primera pastilla a la brevedad posible y la segunda pastilla a las 12 horas.

Las pastillas anticonceptivas normales también pueden ser usadas como de emergencia:

- Cuando usamos las que tienen baja dosis de hormonas como las marcas Eugynol, Nordial, Ovral y Neoginon debemos tomar dos pastillas a la brevedad posible y otras dos pastillas a las 12 horas.
- Cuando usamos las que tienen alta dosis de hormonas como las marcas Lo-Femenal, Nordet y Microgynon debemos tomar cuatro pastillas a la brevedad posible y otras cuatro pastillas a las 12 horas.

En todos los casos, las dos tomas deben completarse ANTES de que pasen 120 horas de la relación sexual desprotegida.

Como las PAE son una dosis concentrada de hormonas, pueden tener algunos efectos secundarios como dolor de cabeza, mareo, náusea, sensibilidad en los senos y vómito que durarán menos de 24 horas. También se puede adelantar nuestra menstruación. En caso de que se presente el vómito durante las primeras dos horas es importante repetir la dosis insertando las pastillas por la vagina para no afectar la efectividad. Las probabilidades de vómito disminuyen considerablemente cuando se usan las pastillas dedicadas.

Para más información llama al 018008224030 o consulta [www.ddeser.org](http://www.ddeser.org)

# (PAE) Pastillas de Anticoncepción de Emergencia

## El mañana lo decides hoy

Las y los jóvenes tenemos derecho a la libertad reproductiva, es decir, a decidir de manera libre, responsable e informada si queremos tener hijos, cuándo y cuántos. Las decisiones sobre nuestra sexualidad y nuestra capacidad reproductiva nos pertenecen solamente a nosotras y a nosotros como personas. El diálogo con nuestra pareja es fundamental para elegir el método que sea mejor para nosotros.

El acceso oportuno, fácil y gratuito a la anticoncepción de emergencia para prevenir un embarazo no deseado es parte de nuestro derecho a la libertad reproductiva. Las y los jóvenes necesitamos tener acceso oportuno a la información y a las PAE para estar preparados en el momento en el que las necesitamos.

Es importante reconocer que los hombres necesitamos involucrarnos en el autocuidado de nuestra salud sexual y nuestra capacidad reproductiva, por lo que necesitamos informarnos sobre el uso del condón, los métodos anticonceptivos e identificar que las PAE sólo nos sirven para los casos excepcionales en los que no usamos un método o el que usamos nos falló.

Para más información sobre tus derechos sexuales consulta: [www.jovenesnuestrosderechos.org](http://www.jovenesnuestrosderechos.org)

## Derecho a obtener información sobre las PAE

Las y los jóvenes tenemos el derecho de recibir información a través de las instituciones del gobierno sobre los métodos anticonceptivos, incluyendo la anticoncepción de emergencia y los condones, sin discriminación por nuestra edad, orientación sexual, estado civil, sexo, ni ninguna otra condición.

Las y los jóvenes sabemos que en algunas ocasiones nos cuesta trabajo usar algún método anticonceptivo o el condón, como cuando no esperábamos tener relaciones sexuales, cuando tomamos alcohol o cuando no nos ponemos de acuerdo con nuestra pareja. Necesitamos informarnos y tomar conciencia sobre la importancia de cuidar de nosotras y nosotros mismos para vencer esas barreras y tomar el control de nuestra capacidad reproductiva.

Las PAE nos pueden ayudar en esos casos en los que se nos presenta la emergencia, pero no pueden ser usadas de manera regular.

Es muy importante saber que las PAE no causan cáncer, ni esterilidad, ni son abortivas.

## ¿Cuándo se pueden tomar las PAE?

Las PAE son efectivas dentro de las 120 horas siguientes a la relación sexual sin protección, se recomienda usarlas dentro de las primeras 72 horas siguientes porque la efectividad es más alta.

Las PAE son muy confiables y efectivas si se siguen las indicaciones, se toman en el tiempo y la forma preescrita.

## Las PAE en los servicios de salud

La Norma Oficial Mexicana de Planificación Familiar deja muy claro que las y los adolescentes y jóvenes debemos recibir consejería y prescripción de métodos anticonceptivos, incluyendo la anticoncepción de emergencia. Tenemos derecho a elegir los métodos que se acomoden a nuestras creencias, expectativas de vida, estilo de vida, historia clínica y éstos deben estar disponibles en los servicios.

Es importante que preguntemos en los servicios de salud todas las dudas que tengamos sobre las dosis, la manera de tomarlas y todas las dudas que puedan surgirnos sobre el tema, las y los prestadores de servicios tienen la obligación de brindarnos la información de manera laica y científica sin discriminarnos.

## Las PAE en los servicios legales

Los servicios legales gubernamentales están obligados a brindar información sobre las PAE a las mujeres que han sufrido violencia sexual de acuerdo a la Norma Oficial Mexicana 46 que regula la atención en los servicios de salud en casos de violencia sexual.

Es importante tener en mente que las PAE son el único método anticonceptivo para prevenir un embarazo después de tener relaciones sexuales no protegidas. Por esa razón, las PAE tienen un gran potencial para prevenir embarazos no deseados entre las mujeres que han sufrido violencia sexual.