



Anticoncepción de emergencia después de una violación sexual: Cinco datos clave para sobrevivientes

Las salas de urgencias de los hospitales de Massachusetts tienen la obligación de ofrecer anticoncepción de emergencia (conocida como "EC", por sus siglas en inglés) así como esta información, que es correcta desde un punto de vista médico y factual, a toda mujer sobreviviente de una violación sexual sin importar si ha hecho una denuncia policial o ha completado un kit de violación.

Si no le dieron píldoras EC en su visita de hoy a la sala de urgencias, por favor vea los recursos de ayuda al otro lado de la página.

1 Los métodos para prevenir embarazos después de una violación sexual o de tener relaciones sexuales sin protección se denominan **contracepción de emergencia (EC)**.

- **Tomar EC o colocarse un DIU (dispositivo intrauterino) de emergencia de cobre** lo antes posible tras una violación sexual puede **reducir la probabilidad de quedar embarazada**.
- Ambos métodos son eficaces **hasta 5 días (120 horas) después de una violación sexual**. Aunque, a veces, a la EC se la conoce como la "píldora del día después", lo mejor es tomarla tan pronto como sea posible.

2 EC es segura y eficaz.

- **Millones de mujeres la han usado de forma segura** durante más de 30 años para prevenir embarazos no deseados.
- Algunas mujeres también aprendieron a usar diariamente píldoras anticonceptivas como método de EC. Si desea más información al respecto puede visitar: www.mariataalks.com/ec-birth-control-pills (en inglés).

3 EC actúa impidiendo que el óvulo salga del ovario.

- **Al igual que las píldoras anticonceptivas de uso diario**, EC también puede impedir que el espermatozoide encuentre con el óvulo. Sin embargo, no se puede impedir que un óvulo fecundado se adhiera a las paredes del útero.
- EC no es la píldora abortiva y no causa un aborto.

Actualmente, todas las mujeres tienen derecho a acceder a las píldoras de EC u obtener ayuda para la inserción de un DIU llamando al número 617-616-1636.

La inserción de un DIU es el método más eficaz de EC (99.9% de eficacia) para todas las mujeres. El DIU es un dispositivo pequeño de cobre y plástico que un profesional de la salud puede colocar en el útero de una mujer para evitar que quede embarazada. Este método se puede utilizar hasta por 10 años, o se puede retirar en cualquier momento. Puede preguntarle a su profesional de salud o llamar hoy para saber si un DIU es adecuado para usted.

4 Hay dos tipos de píldoras anticonceptivas de emergencia (EC) aprobadas por la FDA.

✓ **ella[®]** (acetato de ulipristal) **es la píldora EC más eficaz** para prevenir el embarazo **durante los primeros 5 días** después de una violación sexual. ella[®]:

- **puede ser más eficaz para prevenir el embarazo** que las píldoras sólo de progestina, especialmente **en mujeres que:**
 - pesan más de 165 libras, o
 - han tenido recientemente o tendrán su período dentro de las dos semanas, o
 - no pudieron obtener un anticonceptivo de emergencia entre 3 y 5 (72 a 120 horas) días después de la violación.
- podría hacer que los métodos de control de natalidad hormonales (como la píldora, el anillo vaginal o el parche) sean menos eficaces justo después de tomarse. Como con cualquier forma de EC, debe usarse un método anticonceptivo de apoyo (como un condón), si es posible, hasta que empiece su próximo período.

ella[®] fue aprobado por la FDA en 2010. **Se necesita más investigación para saber si las mujeres embarazadas y que amamantan pueden usar ella[®] en forma segura.** Antes de escoger ella[®], tal vez le convenga hacerse una prueba de embarazo para saber si ya estaba embarazada antes de la violación sexual.

✓ **Plan B One-Step[®]** y píldoras genéricas de menor costo (píldoras sólo de progestina) pueden **reducir el riesgo de embarazo en un 88%**. Píldoras sólo de progestina:

- son **más eficaces** para prevenir el embarazo **durante los primeros 3 días** después de una violación sexual, pero pueden ayudar a reducir el riesgo de embarazo aún hasta el cuarto o quinto día.
- **es posible que no sean tan eficaces si su peso es superior a 165 libras** y no tendrán efecto alguno si su peso supera las 175 libras.

La investigación muestra que las píldoras sólo de progestina no causan defectos de nacimiento y que las mujeres que amamantan pueden utilizarlas de forma segura. **Si más tarde usted descubre que estaba embarazada cuando tomó este tipo de EC, no le hará daño a usted ni a su embarazo.** Tampoco afectará su capacidad de quedar embarazada en el futuro.





Anticoncepción de emergencia después de una violación sexual: Cinco datos clave para sobrevivientes

5 Después de tomar EC, algunas mujeres pueden tener efectos secundarios leves y a corto plazo.

- Usted puede tener más o menos sangrado de lo normal en su próximo período. Su próximo período puede empezar antes o después de lo normal. **Si su período tiene más de 1 semana de retraso, usted podría estar embarazada y debe hacerse una prueba de embarazo.**
- Usted puede tener efectos secundarios parecidos a los de las pastillas anticonceptivas, por ejemplo, náuseas, dolor de estómago, dolor de cabeza, cansancio y mareos. **Si tiene un dolor abdominal fuerte y prolongado después de tomar EC, llame de inmediato a su médico.**
- Su médico puede darle medicamentos para prevenir las náuseas. **Si vomita dentro de las 2 a 3 horas después de haber tomado una dosis de EC, llame a su médico y pregunte si necesita tomar otra dosis.**
- Después de tomar EC, es sumamente recomendable el usar un método anticonceptivo de apoyo (como un condón), si es posible, hasta que empiece su próximo período.

El médico o la enfermera pueden contestar cualquier pregunta que usted tenga sobre EC.



¡No espere!

Tome EC lo antes posible después de una agresión sexual para prevenir el embarazo.

¿Todavía necesita ayuda para conseguir anticoncepción de emergencia a bajo costo u otros servicios de apoyo confidenciales?

- Llame al **Centro local de asistencia para víctimas de agresión sexual** al 1-800-841-8371 (inglés) o 1-800-223-5001 (español) o visite **www.surviverape.org**
- Llame al **Programa de Planificación Familiar de MDPH** al 1-617-624-6060 o visite **www.mariatalks.com/find-services**



▶ **Si necesita EC de inmediato**, visite una clínica o farmacia o busque en Internet las píldoras por su nombre.

- ella[®] se consigue con receta médica. También puede ordenar ella[®] para entrega en 24 horas a bajo costo en: **www.ella-kwikmed.com**
- Plan B One-Step[®] se vende en farmacias sin receta y sin límite de edad. Las farmacias también pueden vender píldoras sólo de progestina (genéricas) sin receta.
- Algunos farmacéuticos de Massachusetts están capacitados para dispensar EC a todas las mujeres, incluso las **menores de 17 años** o que no tienen identificación válida o receta médica. Encuentre una farmacia en **www.mariatalks.com/ec-pharmacies**



! Recuerde: los hospitales que cuentan con salas de urgencias están obligados por ley a ofrecer EC a toda mujer que busque atención médica después de una violación sexual sin importar si ha completado un kit de violación o si ha hecho una denuncia policial. Si el médico de la sala de urgencias cree que la EC no es segura para usted, puede preguntarle por qué. En su historial médico debe documentarse una razón correcta desde un punto de vista médico y factual.

Si en su visita hoy a la sala de urgencias no le ofrecieron EC, o si le dijero que primero debe presentar una denuncia policial o realizar un kit de violación, puede presentar una queja formal llamando a la **División de Calidad en la Atención de la Salud de MDPH** al **1-800-462-5540**.

