



Pílula do dia seguinte

Para que serve?

A pílula do dia seguinte (contraceção de emergência) é o único método que pode ser utilizado após a relação sexual para prevenir a gravidez não desejada. Não é um método de planeamento familiar.

Quantas horas após a relação sexual a pílula do dia seguinte tem eficácia?

A pílula do dia seguinte deve ser tomada nas primeiras 48 horas após a relação sexual e apenas quando o método contraceptivo habitual falha ou foi esquecido. A eficácia é tanto maior quanto mais precocemente for tomada a pílula.

Com que recorrência posso tomar?

A pílula do dia seguinte não é um método contraceptivo e só deve ser utilizado excecionalmente. Não previne a gravidez que possa resultar de uma relação sexual posterior à toma da contraceção de emergência (CE), mesmo que no dia a seguir.

Quais são os efeitos secundários?

A pílula do dia seguinte pode ter consequências como:

- dor de cabeça
- náuseas
- vómitos
- fadiga

Após alguns dias podem surgir dor nas mamas, uma pequena hemorragia vaginal e antecipação da menstruação. É também possível que a menstruação fique desregulada por algum tempo.

Como funciona?

A contraceção de emergência atua pelos mesmos mecanismos que a “pílula de toma regular”. A pílula do dia seguinte atrasa ou impede a

ovulação e previne a fertilização ou a implantação. Se já estiver grávida, a medicação não interrompe a gravidez.

Como se toma?

A pílula do dia seguinte deve ser tomada dentro das 72 horas após as relações desprotegidas e no máximo até ao 5º dia, sendo que quanto mais cedo for tomada, maior a sua eficácia.

Quando deve ser utilizada?

A contraceção de emergência deve ser utilizada depois da relação sexual sem proteção ou se houver falha do método habitual (por exemplo, rutura do preservativo ou esquecimento da pílula).

Onde posso adquirir gratuitamente?

Pode adquirir a pílula do dia seguinte de forma gratuita:

- no centro de saúde (consulta de planeamento familiar)
- no hospital (serviço de ginecologia e obstetrícia)

Pode ainda adquirir na farmácia, por venda livre.

É um método abortivo?

Não. A pílula do dia seguinte não é abortiva e não causa um desenvolvimento pré-natal alterado. Fonte: [Direção-Geral da Saúde](#) (DGS)