

Referências: 1. Ortho Evra [package insert]. Raritan, NJ: Ortho-McNeil-Janssen Pharmaceuticals, Inc; 2008. 2. NuvaRing [package insert]. Roseland, NJ: Organon USA Inc; 2008. 3. Implanon [package insert]. Kenilworth, NJ: Schering Corporation; 2009. 4. Depo-Provera [package insert]. Pfi zer Inc; 2006. 5. Mirena [package insert]. Wayne, NJ : Bayer HealthCare Pharmaceuticals Inc; 2008. 6. Association of Reproductive Health Professionals. Non-hormonal contraceptive methods: a quick reference guide for clinicians@. <http://www.arhp.org/publications-and-resources/quick-reference-guide-for-clinicians/non-hormonal>. Published 2007. Accessed December 22, 2008. 7. Trussell J. Contraceptive efficacy. In: Hatcher RA, Trussell J, Nelson AL, Cates W Jr, Stewart F, Kowal D. Contraceptive Technology. 19th rev ed. New York, NY: Ardent Media Inc; 2007:747-826.

A pílula diária é o método contraceptivo mais utilizado em Portugal, mas existem outras opções igualmente eficazes e facilitam a vida às mulheres. Responder a estas simples questões pode ajudá-la a iniciar uma conversa com o seu médico para determinar qual o método contraceptivo que está adaptado a si.

1

Toma a pílula diária?

Sim Não
(se "Não", passe à pergunta 6)

2

Já tomou a pílula a uma hora diferente da habitual?

Sim Não

3

Esquece-se frequentemente de tomar a pílula?

Sim Não

4

Já teve diarreia ou vômitos durante a toma da pílula?

Sim Não



5

Já tomou antibiótico durante a toma da pílula?

Sim Não

6

Já passou por alguma situação de suspeita de gravidez indesejada?

Sim Não

7

Está interessada em saber mais sobre opções contraceptivas para além da pílula?

Sim Não

Se respondeu "Sim" a alguma destas perguntas, esclareça as suas dúvidas. Fale com o médico/técnico de saúde presente nesta campanha (poderá conversar com ele durante alguns minutos). Em alternativa, fale com o seu médico sobre opções contraceptivas adaptadas a si.

Métodos contraceptivos hormonais não diários

	Método	Frequência	Administração	Eficácia
 Anel Vaginal	Vaginal	Mensal ²	Pela própria mulher	99% ⁷
 Adesivo	Transdérmico	Semanal ²	Pela própria mulher	99% ⁷
 Implante	Subcutâneo	3 anos ³	Pelo médico	99% ⁷
 Injeção	Injectável	3 meses ⁴	Pelo médico	99% ⁷
 Dispositivo intra-uterino hormonal	Intra-uterino	5 anos ⁵	Pelo médico	99% ⁷

