

## O QUE É?

É um MÉTODO CONTRACETIVO que consiste na toma de comprimidos contendo hormonas — estrogénios e progestagénios — semelhantes às produzidas pelos ovários.

As informações deste folheto dizem respeito à maioria das pílulas disponíveis nas farmácias e nos centros de saúde, mas existem pílulas com características diferentes.

**Informe-se junto do seu  
Enfermeiro  
ou médico de família  
ou junto do farmacêutico!**

## ESTE MÉTODO NÃO PROTEGE

### DE INFEÇÕES

**SEXUALMENTE TRANSMISSÍVEIS.**

**APENAS O PRESERVATIVO O FAZ.**



## CONTRACEÇÃO HORMONAL ORAL - PÍLULA -



**ANDREIA CASTRO, MARIA JOÃO ARAÚJO**

INTERNATO COMPLEMENTAR DE MEDICINA GERAL E FAMILIAR  
USF CONDE DE OEIRAS



Atualizado em maio de 2014. Prazo de revisão: 3 anos.

Validado pelo Conselho Técnico

**Folheto dirigido a utentes**

## COMO SE TOMA?

Em geral, a toma é diária durante 21 dias, seguida de uma interrupção de 7 dias, durante a qual ocorre a hemorragia de privação (menstruação). Ao 8.º dia começa-se uma nova embalagem.

Deve ser tomada sempre à mesma hora. Se o esquecimento for até 12 horas não interfere com a eficácia e o comprimido esquecido deve ser tomado imediatamente.

Se o esquecimento for superior a 12 horas não deve tomar o comprimido esquecido e no dia seguinte toma o comprimido à hora habitual. Como há perda da eficácia contraceptiva e risco de engravidar deve usar preservativo durante 7 dias. Aconselhe-se junto de um profissional de saúde sobre a necessidade de contraceção de emergência (pílula do dia seguinte).

## QUAL A EFICÁCIA?

É um método muito eficaz (99%).

A eficácia depende em grande medida de uma utilização correta.

## VANTAGENS

Regulariza o ciclo menstrual;  
Diminui as dores menstruais;  
Diminui o risco de cancro do ovário, do endométrio (camada interna do útero) e do intestino;  
Diminui o risco de quistos da mama e do ovário;  
Não interfere com a relação sexual;  
Pode melhorar o acne.

## COMO ATUA?

**Impede a ovulação**, ou seja, a libertação do óvulo;



**Torna o muco vaginal mais espesso**, dificultando a passagem dos espermatozoides para o útero.

## DESVANTAGENS

Obriga a uma toma diária;  
A sua eficácia é afetada por vômitos, diarreia e alguns medicamentos.