



Clearblue

Monitor de anticoncepción

Folleto de instrucciones

Introducción al Monitor de anticoncepción Clearblue

El Monitor de anticoncepción Clearblue es un método natural de anticoncepción que trabaja en armonía con tu cuerpo. No tiene efectos secundarios, no implica el uso de medicamentos y es fácil de utilizar. Funciona vigilando los cambios hormonales en tu orina para identificar los días de tu ciclo menstrual cuando es muy probable que te quedes embarazada.

Lee este folleto de instrucciones detenidamente antes de utilizar el Monitor de anticoncepción Clearblue.

El Monitor de anticoncepción Clearblue consiste en un monitor de pantalla táctil y varillas de prueba (estas varillas analizan las hormonas de tu orina). Con el monitor se incluyen dos pilas alcalinas AA (LR6) de 1,5 V. Las varillas de prueba se venden por separado. Necesitarás 16 varillas de prueba para el primer ciclo de uso y 8 varillas de prueba a partir de tu segundo ciclo.

CONTENIDO

• Introducción al Monitor de anticoncepción Clearblue	2
• ¿Es adecuado para mí el Monitor de anticoncepción Clearblue?	3
• ¿Cómo funciona el Monitor de anticoncepción Clearblue?	4
• ¿Cómo es de fiable el Monitor de anticoncepción Clearblue?	4
• Utilización del Monitor de anticoncepción Clearblue	5
• Inicio	6
• Calendario	14
• Consejos y resolución de problemas	16
• Limpieza de la ranura para la varilla de prueba	18
• Reprogramación de tu monitor	18
• Preguntas y respuestas	19

¿Es adecuado para mí el Monitor de anticoncepción Clearblue?

Antes de utilizar el Monitor de anticoncepción Clearblue tienes que asegurarte de que es el método natural de anticoncepción adecuado para ti.

No debes utilizar el Monitor de anticoncepción Clearblue si:

- tus **ciclos son más cortos de 23 días o más largos de 35 días** (puedes calcular la duración de tu ciclo contando el número de días desde el primer día de tu período hasta el día antes de que empiece tu siguiente período);
- has tenido **síntomas menopáusicos**, como sudores nocturnos o sofocos;
- estás **amamantando**;
- estás **utilizando tratamientos hormonales**, por ejemplo, **anticonceptivos hormonales, tratamientos de fertilidad y terapias hormonales sustitutivas**;
- estás utilizando cualquier otro **tratamiento que pueda afectar a tu ciclo**; estás **tomando antibióticos que contengan tetraciclinas**. Una vez que has finalizado tu tratamiento puedes comenzar a utilizar el Monitor de anticoncepción Clearblue al principio de tu siguiente ciclo;
- sufres **alguna disfunción hepática o renal**;
- tienes **síndrome ovárico poliquístico (SOPQ)**;
- **no puedes o no deseas quedarte embarazada de ninguna manera.**

El Monitor de anticoncepción Clearblue **no** protege contra enfermedades de transmisión sexual (ETS) o el VIH.

No puedes utilizar el Monitor de anticoncepción Clearblue de inmediato si has estado recientemente:

- **amamantando**;
- utilizando **anticonceptivos o tratamientos hormonales**;
- utilizando **cualquier otro tratamiento que pueda afectar a tu ciclo**;
- **embarazada (aunque el embarazo no haya llegado a término).**

Después del embarazo o una vez que hayas terminado de amamantar por completo, o de utilizar anticonceptivos u otros tratamientos hormonales que puedan afectar a tu

ciclo, deberás esperar hasta que transcurran dos ciclos menstruales naturales consecutivos. Ambos ciclos deben durar entre 23 y 35 días. Entonces puedes comenzar a utilizar el Monitor de anticoncepción Clearblue en tu tercer ciclo.

Consulta esta sección con frecuencia para comprobar que el Monitor de anticoncepción Clearblue sigue cumpliendo con los criterios para su utilización. Si deseas dejar de utilizar el Monitor de anticoncepción Clearblue consulta la pregunta 20 y si comienzas a utilizar tu monitor de nuevo, tendrás que comprobar que todavía es adecuado para que lo utilices.

¿Cómo funciona el Monitor de anticoncepción Clearblue?

Tu ciclo está controlado por hormonas. Dos hormonas importantes que controlan tu ciclo son los estrógenos y las hormonas luteinizantes. Utilizando sencillas pruebas de orina, el Monitor de anticoncepción Clearblue detecta cambios en ambos tipos de hormonas para identificar los días en los que tienes un riesgo elevado de quedarte embarazada (llamamos a estos días rojos) y los días cuando mantienes relaciones sin utilizar anticonceptivos (llamamos a estos días verdes).

Los días rojos están próximos al día en que ovulas (esto es cuando un óvulo es liberado de tu ovario) y tienen en cuenta el período de vida de un óvulo y del esperma.

Consulta la página 9 para obtener más información sobre los días rojos y los días verdes.

¿Cómo es de fiable el Monitor de anticoncepción Clearblue?

Clearblue Monitor de anticoncepción es fiable en un 94% si sigues las instrucciones adecuadamente y lo utilizas como único método de anticoncepción. Esto significa que si 100 mujeres utilizan el Monitor de anticoncepción Clearblue durante un año, se espera que 6 se queden embarazadas porque mantuvieron relaciones sexuales durante un día que el Monitor de anticoncepción Clearblue mostró incorrectamente que no corrían riesgo de quedarse embarazadas (día verde).

Para que el Monitor de anticoncepción Clearblue sea fiable en un 94%, no debes mantener relaciones durante los días rojos. Es más probable que te quedes embarazada si tienes relaciones sexuales durante un día rojo, aunque utilices un método anticonceptivo de barrera como, por ejemplo, un preservativo.

Utilización del Monitor de anticoncepción Clearblue

Qué significan estos símbolos



Puedes escoger el idioma que deseas que se visualice.



Puedes establecer un PIN (número de identificación personal) para bloquear tu monitor.



Puedes cambiar el brillo de la pantalla.



Puedes reprogramar tu monitor. Consulta la página 18.



Puedes consultar información sobre tu ciclo actual e información sobre tus últimos 6 ciclos.



Puedes ajustar y cambiar la hora.



Puedes volver a calibrar la pantalla táctil.



Debes establecer un ciclo nuevo siempre que inicies un nuevo período.



Puedes crear una alarma en los días de prueba.



Puedes establecer los ajustes (como el PIN, hora, idioma, brillo, reprogramar tu monitor o calibrar la pantalla táctil).



El símbolo “**O**” se muestra cuando tienes el mayor riesgo de quedarte embarazada.



El símbolo de batería muestra cuánto queda de batería.



El símbolo de campana muestra que la alarma está ajustada.

Eliminar

Esto elimina tu entrada actual.



Esto te permite volver a la pantalla anterior.

Aceptar

Esto confirma lo que deseas hacer y/o se desplaza a la siguiente pantalla.

Inicio

Para introducir las pilas, pulsa el botón que hay en la parte posterior de tu monitor y libera la tapa de las pilas. Introduce las pilas dentro y vuelve a colocar la tapa.

Para encender el monitor, abre la tapa y pulsa el botón “encendido/apagado” que hay en la parte delantera del monitor.

El monitor tiene una pantalla táctil que, si dejas de utilizarla, se irá atenuando después de 30 segundos y se apagará al cabo de 1 minuto. Utiliza tu dedo sobre la pantalla táctil, no utilices objetos afilados.

Las instrucciones sobre la pantalla te guiarán en el proceso de configurar tu monitor. Esto incluye calibrar la pantalla, que simplemente comprueba la posición de los botones cuando los tocas.




Configuración de un PIN

Quizás desees establecer un PIN. Para hacer esto, introduce y confirma un número de 4 dígitos. Una vez que lo hayas establecido, se te pedirá que introduzcas el PIN cada vez que enciendas tu monitor. Si introduces el PIN incorrectamente 2 veces, el monitor se bloqueará. Para desbloquear el monitor, consulta la página <20>.



Configuración de un nuevo ciclo

Debes establecer un nuevo ciclo **cada** ciclo menstrual. Debes hacerlo el día 1, que es el primer día de tu período. (El primer día de tu período es el primer día de flujo sanguíneo, debes ignorar el manchado). Pulsa  y sigue las instrucciones de la pantalla. Si olvidas hacerlo el día 1, puedes configurar un ciclo nuevo hasta el día 4 de tu ciclo. Si no configuras un ciclo nuevo durante los primeros cuatro días de tu ciclo, consulta la pregunta 4.

Introduce la fecha en la que comenzó tu período y, a continuación, introduce la hora. Si tu período comenzó por la noche y no estás segura de la hora exacta, introduce la hora a la que te despertaste. Es importante que recuerdes la hora a la que comenzó tu período, porque el monitor calculará el primer día de tu ciclo basándose en ella.

Debes indicar al monitor cuándo comienza **cada** nuevo ciclo. Para ello, **debes** establecer un ciclo siempre que comience un nuevo período.

La franja de prueba

La franja de prueba es el período de tiempo de 6 horas en el que tu monitor te pedirá que realices una prueba. (Solamente se te pedirá que realices una prueba en determinados días de tu ciclo.) Puedes establecer la franja de pruebas en cualquier período de tiempo de 6 horas en 24 horas, pero debes realizar una prueba utilizando tu primera orina del día después de despertarte, ya que ésta contiene la mayoría de las hormonas.

El monitor ajustará automáticamente tu franja de prueba de 05:00 a 11:00. Puedes cambiarla en la pantalla mostrada aquí.

Una vez que hayas establecido tu ciclo nuevo, el monitor mostrará el día de tu ciclo y si estás en un día rojo o un día verde.

Utiliza las flechas para ajustar la franja de prueba y pulsa "aceptar".

Si no estableces un ciclo nuevo durante los primeros 4 días de tu ciclo, tu monitor no tendrá bastante información para mostrar si estás en un día rojo o un día verde. Consulta la pregunta 4.



El día del ciclo mostrado en tu monitor dependerá de la hora en la que empezó tu período y cuándo se establece tu franja de prueba para que finalice. Por ejemplo, después de que hayas establecido un ciclo nuevo, quizás encuentras que el día 1 no se muestra hasta el día después de que comenzó tu período. Cuando sucede esto, la pantalla del menú te dirá que el ciclo nuevo está pendiente.


Al principio de cada ciclo el monitor establecerá la franja de prueba para la misma hora que tu ciclo anterior. Puedes cambiarlo, pero cuando establezcas tu franja de prueba, recuerda que debes permitirle realizar una prueba utilizando tu primera orina del día después de despertarte.




Configuración de una alarma


Puedes establecer una alarma para recordarte realizar una prueba. Solamente puedes ajustarla para apagarse durante la franja de prueba. En los días de prueba la alarma sonará en la hora establecida.

Para establecer una alarma, pulsa  del menú y sigue las instrucciones de la pantalla. Una vez que hayas establecido una alarma, el símbolo de alarma  aparecerá sobre la barra de información. (No podrás establecer una alarma hasta que hayas configurado tu ciclo).

La alarma sonará hasta que enciendas tu monitor o hasta que finalice tu franja de prueba. Puedes apagar la alarma yendo al menú principal, pulsando  y siguiendo las instrucciones de la pantalla.

Si cambias la franja de prueba al comienzo de un ciclo nuevo y la hora de la alarma establecida en el ciclo anterior no está dentro de esta nueva franja de prueba, se cancelará automáticamente. Para establecer una alarma durante tu nueva ventana de prueba, pulsa  del menú y sigue las instrucciones de la pantalla.

Cambiar o eliminar la configuración de tu ciclo

Si deseas eliminar o cambiar la configuración de tu ciclo, pulsa  del menú. Cambiar tu ciclo te permite cambiar la fecha y hora en que comenzó tu período. Solamente puedes cambiar tu ciclo entre el día 1 y el día 4 de tu ciclo.

Puedes eliminar tu ciclo hasta el día 4. Quizás desees hacer esto si pensaste que tu período había comenzado pero era solamente manchado. Cuando tu período comienza, configura tu ciclo nuevo como normal.

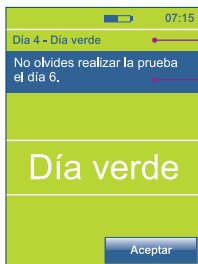
Días verdes, días rojos y días de prueba

Cada día, el monitor mostrará la fecha y la hora actual, y el día de tu período. Enciende tu monitor cada mañana dentro de la franja de prueba para comprobar si es un día verde, un día rojo o un día de prueba. Probablemente desees comprobarlo antes de

mantener relaciones sexuales y seguir el consejo que se visualiza. Si es un día de prueba, se aplicará el resultado de esta prueba.

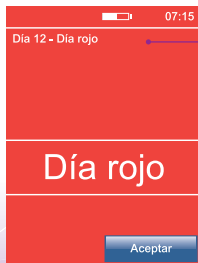
Días verdes significa que puedes mantener relaciones sin utilizar anticonceptivos.* En los días verdes, la pantalla también puede darte más información, por ejemplo, cuándo tienes que realizar la siguiente prueba.

Los días rojos son días cercanos a la fecha en la que ovulas y significan que corres un riesgo elevado de quedarte embarazada si mantienes relaciones, incluso si utilizas un preservativo. En los días rojos, la pantalla también puede darte más información, por ejemplo, cuándo tienes que realizar la siguiente prueba.



Muestra el día de tu ciclo actual.

Barra de información.




Muestra el día de tu ciclo actual.

Cuando utilices el Monitor de anticoncepción Clearblue, no debes mantener relaciones los días rojos. Consulta la pregunta 9.

El Monitor de anticoncepción Clearblue identificará normalmente de 6 a 12 días rojos en cada ciclo. Tendrás probablemente de 10 a 15 (pero quizás tengas hasta 22) días rojos en los primeros ciclos que estés utilizando tu monitor, mientras estás aprendiendo sobre ti.

Los ciclos varían de mujer a mujer y de ciclo a ciclo. Esto significa que la cantidad y la distribución de los días rojos puede variar. Si tus ciclos son irregulares, es posible que se indiquen más de 12 días rojos en cada ciclo. Para minimizar el número de días rojos, asegúrate de realizar todas las pruebas correctamente.

Si el símbolo “O”  se visualiza en un ciclo, aparecerá durante 2 días seguidos. El primer día que aparezca significa que deberías ovular en los próximos 1 o 2 días. Este es el momento en el que tienes el mayor riesgo de quedarte embarazada, pero aun así no debes tener relaciones en ningún día rojo.

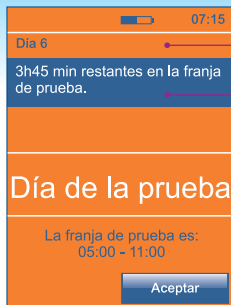
Si se solicitó una prueba el día después de que se visualizase el primer símbolo “O” y omitiste esta prueba, la pantalla lo visualizará como una prueba omitida.

Es bastante normal que el símbolo “O” no aparezca en algunos ciclos. Si has utilizado el Monitor de anticoncepción Clearblue durante 3 ciclos completos y no has visto el símbolo “O”, llama a nuestra línea de asistencia.

Los días de prueba significan que tendrás que realizar una prueba para ver si estás en un día rojo o un día verde. Comprueba el calendario para ver los días en que debes realizar la prueba. Consulta la página 14. Durante el primer ciclo, se te pedirá que realices la prueba 16 días. Se te solicitará la primera prueba el día 6 y el resto de las pruebas los días 9 a 23.

Después del primer ciclo, se te solicitará que realices 8 pruebas en cada ciclo. **Se te pedirá siempre que realices tu primera prueba el día 6.** Tu monitor te pedirá el resto de las pruebas 7 días seguidos. Los días de prueba pueden variar de ciclo a ciclo.

Es importante que hagas las pruebas correctamente. Si omites una prueba, el monitor decidirá sobre un día rojo o verde basándose en la información disponible que tenga. Esto puede significar que tendrás más días rojos en tu ciclo.



Muestra el día de tu ciclo actual.

Barra de información.

Realización de pruebas

Cada día, durante la franja de prueba, tendrás que comprobar tu monitor. Debes realizar la prueba utilizando tu primera orina del día después de despertarte, así que compruébalo antes de ir al baño. Si necesitas realizar una prueba la luz de la prueba parpadeará. Si has establecido una alarma, ésta sonará en el momento en que necesites realizar una prueba.

Si pulsas Aceptar en la pantalla del día de la prueba, volverás al menú. Puedes insertar una varilla de prueba desde cualquier pantalla, excepto en la pantalla de Clearblue. La pantalla de Clearblue se muestra en cuanto se enciende el monitor mientras realiza las comprobaciones necesarias. Deberás esperar a que desaparezca esta pantalla para poder insertar una varilla de prueba.

Solamente debes utilizar varillas de prueba del Monitor de anticoncepción Clearblue con el monitor. Asegúrate de que las varillas de prueba que utilizas en un único ciclo provienen del mismo número de lote. Puedes encontrar el número de lote, mostrado como LOT, en el envoltorio de aluminio de la varilla de prueba o en la caja de la varilla de prueba. No utilices varillas de prueba que estén caducadas o si el envoltorio de aluminio está dañado.

Si deseas tomar una muestra de orina para realizar una prueba más tarde, por ejemplo, si tienes que ir al baño antes de que comience la franja de prueba, utiliza un recipiente limpio y seco y almacénalo a temperatura ambiente hasta que estés preparada para realizar una prueba. Recuerda realizar una prueba dentro de la franja de prueba.

Procedimiento de realización de pruebas

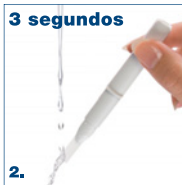
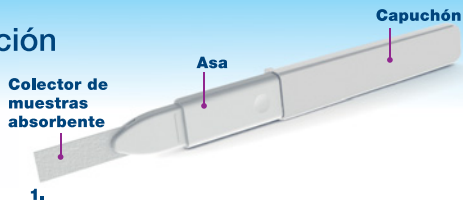
1. Cuando estés preparada para realizar la prueba, extrae una varilla de prueba de su envoltorio y úsala de inmediato.

2. Coloca solo el colector de muestras absorbente apuntando hacia abajo en tu flujo de orina durante únicamente **3 segundos**. **O**, también puedes tomar una muestra de orina en un recipiente limpio y seco y poner simplemente el colector de muestras absorbente en la orina, como se muestra, durante únicamente **15 segundos**.

3. Mientras mantienes la varilla de prueba orientada hacia abajo, **retira el capuchón del asa y colócalo sobre el colector de muestras absorbente**. Limpia cualquier resto de orina de la varilla de prueba.

Coloca el capuchón sobre el colector de muestras absorbente antes de insertar la varilla de prueba del monitor.

3.



Capuchón
Retira el capuchón del asa.



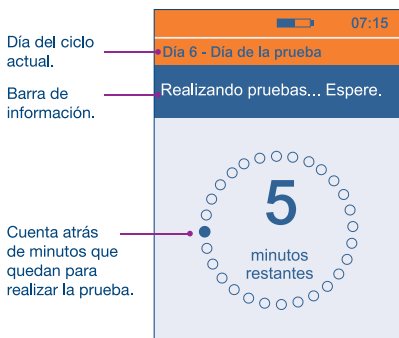
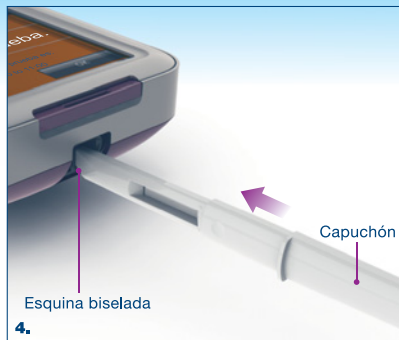
4. Si el monitor está apagado, deberás **encenderlo y esperar a que desaparezca la pantalla de Clearblue.** En cuanto desaparezca la pantalla de Clearblue, inserta inmediatamente la varilla de prueba, como se muestra, en la ranura de la varilla de prueba y coloca el monitor en una superficie plana.

Espera 5 minutos. La pantalla se apagará después de 1 minuto, lo cual es normal. El monitor seguirá analizando la prueba. La luz de la prueba parpadeará durante la realización de pruebas.

5. Una vez que la realización de la prueba haya finalizado, sonará la alarma. Si el monitor está desconectado, vuelve a encenderlo. La pantalla te pedirá que quites la varilla de prueba. Desecha la varilla de prueba usada con los residuos domésticos habituales. No debes reutilizar una varilla de prueba.

6. Una vez que hayas extraído la varilla de prueba, la pantalla mostrará si es un día verde o un día rojo.

Mientras estás realizando una prueba, **no** mantengas la varilla de prueba con el colector de muestras orientado hacia arriba ya que el resultado puede verse afectado.



Calendario

A continuación, hay un ejemplo de cómo puede aparecer tu calendario.



Inicio del nuevo ciclo (día 1)

3

Día verde

14

Día rojo



Símbolo "O"

26

Día rojo del ciclo anterior

30

Día verde del ciclo anterior

27

Fecha de hoy (marcada por un cuadro negro)




Pulsa la flecha para repasar tus ciclos anteriores



Si pierdes una prueba  aparecerá en ese día. El fondo será rojo o verde dependiendo del tipo de día que sea.

Al principio de un ciclo nuevo, los días en que debes realizar una prueba tendrán un fondo naranja. Durante el primer ciclo que utilizas el monitor, se mostrarán los 16 días de prueba. Para tu segundo ciclo y en adelante, se mostrarán los 8 días de prueba (consulta el ejemplo que hay a continuación).

La primera prueba de cada ciclo se solicitará siempre el día 6 de tu ciclo.

L	M	X	J	V	S	D
23	24	25	26	27		29
30	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20

Cada día de prueba cambiará a un día rojo o día verde una vez que la prueba se complete. Si pierdes una prueba el monitor cambiará para mostrar un símbolo de prueba perdido con el color de fondo de color rojo o verde.

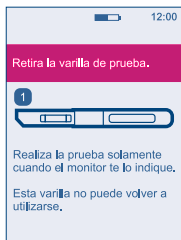
Tu monitor almacenará información de tus 6 ciclos anteriores, además de tu ciclo actual. Puedes ver esta información pulsando  y  en la pantalla.

Consejos y resolución de problemas

Si tu monitor necesita asistencia o si hay un problema, la pantalla mostrará un aviso y te indicará lo que necesitas hacer.

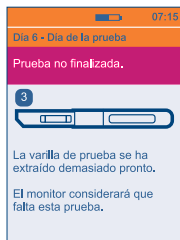
Hay un mensaje que dice “Retira la varilla de prueba 1”.

Extrae la varilla de prueba de la ranura de la varilla.



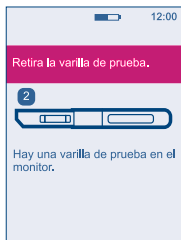
Hay un mensaje que dice “Prueba no finalizada 3”.

La varilla de prueba se ha extraído antes de completar la realización de la prueba. El monitor lo considerará como una prueba perdida.



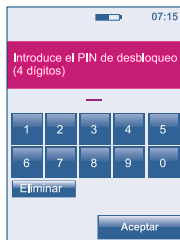
Hay un mensaje que dice “Retira la varilla de prueba 2”.

Tienes que extraer la varilla de prueba de la ranura de la varilla de prueba antes de que la pantalla muestre día rojo, verde o de prueba.



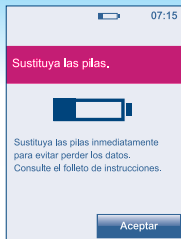
La barra de mensaje está resaltada en rojo.

Si introduces información incorrecta o no introduces ninguna información, pero pulsas Aceptar, la barra de información se resaltará en rojo para mostrarlo. Compruébalo e introduce la información correcta.



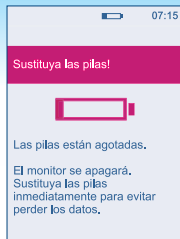
Hay un mensaje que dice “Sustituir pilas”.

Las pilas se están agotando y deberían sustituirse de inmediato para evitar que se pierdan los datos. Es muy importante que utilices dos pilas alcalinas AA (LR6) de 1,5 V. NO utilices pilas recargables. No sustituyas las pilas durante tu franja de prueba. Apaga el monitor y extráelas solamente cuando tengas pilas nuevas para insertar.



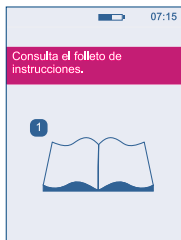
Hay un mensaje que dice “Sustituir pilas!”

Tendrás que sustituir las pilas antes de que puedas realizar una prueba. El monitor se apagará para proteger la información almacenada. No extraigas las pilas hasta que no estés lista para sustituirlas. Es muy importante que utilices dos pilas alcalinas AA (LR6) de 1,5 V. NO utilices pilas recargables. Una vez que hayas insertado las pilas nuevas, deberás encender el monitor para que pueda realizar las comprobaciones necesarias.



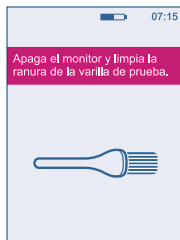
Hay un mensaje que dice “Consultar el folleto de instrucciones”.

Esto significa que hay un problema con tu monitor. También aparecerá un número en la pantalla. Llama por teléfono a nuestra línea de asistencia. Diles que hay un problema con tu monitor y qué número aparece en la pantalla.



Hay un mensaje que dice “Apagar el monitor y limpiar la ranura de la varilla de prueba”.

Tienes que limpiar la ranura de la varilla de prueba antes de insertar una varilla de prueba.



Limpieza de la ranura de la varilla de prueba

- 1.** Extrae la tapa de la pila y el portador de la varilla de prueba.
- 2.** Humedece ligeramente un bastoncillo de algodón limpio con agua fría y pásalo con cuidado por la ranura de la varilla de prueba y el portador de la varilla de prueba.
- 3.** Vuelve a colocar el portador de la varilla de prueba y la tapa de las pilas.



Almacenamiento de tu monitor

Almacena el monitor en un lugar seco y a una temperatura ambiente de entre 10 y 40 °C.

Reprogramación de tu monitor

Reprogramar tu monitor elimina toda la información que ha almacenado sobre tus ciclos. Una vez que elimines esta información, no puedes recuperarla. Hay ciertas circunstancias en las que tendrás que reprogramar tu monitor (por ejemplo, si olvidaste configurar un ciclo nuevo).

Una vez que reprogrames tu monitor, pensará que lo estás utilizando por primera vez y te tratará como una nueva usuaria. Tendrás que configurar tu monitor de nuevo y realizar 16 pruebas en el primer ciclo. Quizás tengas más días rojos durante tus próximos ciclos.

Para reprogramar tu monitor, haz clic en  del menú de ajustes y sigue las instrucciones en la pantalla.

Cambio de hora

Para cambiar la hora del monitor, pulsa  en la pantalla de ajustes. Puedes adelantar o retrasar el reloj una hora una vez durante el ciclo, operación que deberás realizar entre el día 1 y el 4. Tu franja de prueba se actualizará automáticamente.

Se aconseja cambiar la hora del monitor solo para ajustarla a los cambios de horario de verano e invierno del año.

Si tienes que cambiar el reloj más de 1 hora (adelantarla o retrasarla), tendrás que reprogramar el monitor. Esto eliminará toda la información que ya has almacenado sobre tu ciclo. Por favor vea arriba.

Si estás de viaje y cambia la zona horaria en más de una hora, consulta la pregunta 16.

Preguntas y respuestas

1. ¿Puedo utilizar el Monitor de anticoncepción Clearblue si estoy tomando medicación o sufro de alguna enfermedad?

No debes utilizar el Monitor de anticoncepción Clearblue si:

- sigues tratamientos hormonales (por ejemplo, la píldora anticonceptiva, anticonceptivos de emergencia, tratamientos de fertilidad o terapias de restitución hormonal (HRT));
- has tenido síntomas menopáusicos, como sudores nocturnos o sofocos;
- sigues cualquier otro tratamiento que pueda afectar a tu ciclo; estás tomando antibióticos que contengan tetraciclinas. Una vez que has finalizado tu tratamiento puedes comenzar a utilizar el Monitor de anticoncepción Clearblue al principio de tu siguiente ciclo;
- sufres alguna disfunción hepática o renal;
- tienes síndrome ovárico poliquístico (SOPQ).

Si tomas algún medicamento, siempre deberías leer las instrucciones del fabricante para comprobar si afecta o no a tu ciclo. Si no estás segura después de leer las instrucciones, ponte en contacto con el fabricante. Si necesitas más asesoramiento, deberías consultar con tu médico.

Consulta “¿Es adecuado para mí el Monitor de anticoncepción Clearblue?” en la página 3 para obtener más información.

2. ¿Qué pasa si me pongo enferma durante un ciclo?

Si eres capaz de hacerlo, deberías continuar utilizando tu monitor y realizar todas las pruebas cuando tu monitor te lo pida. Si no puedes realizar la prueba, tu monitor tomará una decisión basado en la información que ha almacenado. Esto significa que quizás tengas más días rojos para ese ciclo y tus siguientes ciclos.

3. ¿Qué pasa si la duración de mi ciclo varía de un mes al siguiente?

Si la duración de tu ciclo está entre 23 y 35 días no importa si varía de un ciclo al siguiente.

Si tu ciclo tiene una duración inferior a 23 días o superior a 35, llama a nuestra línea de asistencia para obtener más información.


4. Olvidé configurar un ciclo nuevo el día en que empezó mi período. ¿Qué debería hacer?

Puedes configurar un ciclo nuevo entre el día 1 y el día 4 de tu ciclo.

Para configurar un ciclo nuevo, pulsa  en el menú. (Consulta la página 7 para ver cómo configurar un ciclo nuevo.)

Si no has configurado tu ciclo nuevo antes del día 4, tendrás que reprogramar tu monitor (consulta la página 18). Quizás configuras un ciclo nuevo cuando comiences tu siguiente período (consulta la página 18). Hasta que configures un ciclo nuevo, no deberías confiar en el Monitor de anticoncepción Clearblue para la anticoncepción.

5. Pensé que mi período había comenzado y he configurado un ciclo nuevo pero era solamente manchado. ¿Qué debería hacer?

Pulsa  en el menú y sigue las instrucciones para eliminar tu ciclo. Solamente puedes eliminar tu ciclo entre el día 1 y el día 4 de tu ciclo. Cuando tu período comienza, configure tu ciclo nuevo.

6. ¿Qué pasa si necesito eliminar mi ciclo después del día 4?

Si tienes que eliminar tu ciclo después del día 4, tendrás que reprogramar tu monitor (consulta la página 18). Entonces puedes configurar un ciclo nuevo cuando comience tu período (consulta la página 7). Hasta que configures un ciclo nuevo, no deberías confiar en el Monitor de anticoncepción Clearblue para la anticoncepción.

7. ¿Qué pasa si necesito ir al baño antes de que empiece mi franja de prueba?

Deberías realizar la prueba siempre utilizando la primera orina después de despertarte. Esto significa que tienes que tomar una muestra de orina para realizar una prueba más tarde (consulta la página 11).

8. He olvidado mi PIN. ¿Qué debería hacer?

Tienes 2 intentos para introducir el PIN correcto. Si introduces tu PIN incorrectamente 2 veces, el monitor se bloqueará y se apagará. Para desbloquear el monitor, enciéndelo de nuevo y cuando te lo pida, introduce el PIN '0000'. A continuación, tendrás que cambiar el PIN siguiendo las instrucciones de la pantalla.

9. ¿Realmente no puedo mantener relaciones sexuales en un día rojo?

Para que el Monitor de anticoncepción Clearblue sea fiable un 94%*, no debes mantener relaciones en ningún día rojo. Si escoges mantener relaciones en un día rojo utilizando un método alternativo, la fiabilidad se basa en el método de anticoncepción que escojas utilizar, y no en el Monitor de anticoncepción Clearblue.

10. No he utilizado mi monitor durante algún tiempo. ¿Qué debería hacer?

Si no has utilizado tu monitor durante más de un ciclo, tendrás que reprogramarlo. (Consulta la página 18).

También deberías comprobar que sigue cumpliendo con los criterios para utilizar el Monitor de anticoncepción Clearblue (consulte la página 3).

11. ¿Puedo mantener relaciones durante la franja de prueba antes de comprobar el monitor?

Probablemente desees comprobar tu monitor antes de mantener relaciones sexuales y seguir el consejo que se visualiza. Si es un día de prueba, se aplicará el resultado de esta prueba.

12. ¿Qué sucede si me levanto tarde u olvido realizar la prueba durante la franja de prueba?

Si no realizas la prueba durante la franja de prueba, el monitor mostrará que has saltado una prueba y averiguará si estás en un día verde o un día rojo utilizando la información que ha almacenado sobre ti.

Si omites pruebas, quizás te encuentres con que tienes más días rojos durante el ciclo actual y en tus siguientes ciclos. Así que es importante acordarse de realizar una prueba cuando el monitor te pida que lo hagas.

13. ¿Es mi monitor resistente al agua?

El monitor no es resistente al agua y deberías intentar asegurarse de que no se moja. Extrae siempre el exceso de orina desde la varilla de prueba antes de ponerla en la ranura de la varilla de prueba.

14. ¿Puedo perder la información almacenada en mi monitor?

El monitor depende de un suministro constante de alimentación. Es muy importante sustituir las pilas cuando el monitor te pida que lo hagas.

Si las pilas están a punto de agotarse, el monitor se apagará para tratar de proteger tus datos.

Sin embargo, si no se sustituyen las pilas de inmediato y el monitor se queda sin energía, se producirá un error y se perderán tus datos. No podrás utilizar el monitor hasta que no sustituyas las pilas y lo reprogrames.

15. ¿Qué tipo de pilas se deben utilizar?

Es muy importante que utilices dos pilas alcalinas AA (LR6) de 1,5 V. De lo contrario, los datos almacenados en el monitor podrían perderse. NO utilices pilas recargables.

16. ¿Qué debería hacer si estoy viajando y la zona horaria cambia?

Cuando viajes, deberías llevar tu monitor en tu equipaje de mano. Los equipos de rayos X no afectan al monitor.

Se aconseja cambiar la hora del monitor solo para ajustarla a los cambios de horario de verano e invierno. Consulta la página 18. Si viajas entre distintas zonas horarias con un desfase inferior a 6 horas, podrás realizar la prueba si la franja de prueba está establecida para que puedas utilizar la primera orina después del período de sueño más largo en la nueva zona horaria. Quizás encuentres útil establecer una alarma para recordarte cuándo empieza la franja de prueba, pero recuerda que la hora del monitor será la de tu zona horaria de tu lugar de origen.

Si viajas entre distintas zonas horarias con un desfase superior a 6 horas, puedes establecer la franja de prueba de acuerdo con la hora de tu país de origen (la hora del monitor) o con la del lugar de destino. Es posible que esto implique guardar la primera orina del día y realizar la prueba más tarde cuando comience tu franja de prueba. También tienes la opción de saltarte pruebas durante el ciclo en que estés de viaje. Consulta la pregunta 20.

17. ¿Qué sucede si trabajo por turnos?

Cuando configures un ciclo nuevo, ajusta la franja de prueba para que puedas realizar la prueba utilizando tu primera orina del día después de despertarte. Si estás trabajando en turnos nocturnos, puedes realizarlo durante la tarde. Si tu turno cambia

durante tu ciclo, solamente puedes realizar la prueba durante la franja de prueba, pero deberías seguir utilizando la primera orina después de despertarte. Esto puede significar tomar la orina en un recipiente y, a continuación, realizar la prueba más tarde dentro de tu franja de prueba.

18. Si mi monitor deja de funcionar, ¿qué debería hacer?

Si tu monitor deja de funcionar, llama por teléfono a nuestra línea de asesoramiento.

19. La pantalla táctil no parece estar funcionando. Los botones no responden. ¿Qué debería hacer?

Quizás tengas que volver a calibrar la pantalla que comprueba el posicionamiento de los botones cuando los tocas. Pulsa  en los ajustes y sigue las instrucciones en la pantalla.

20. ¿Qué sucede si deseo dejar de utilizar el Monitor de anticoncepción Clearblue?

Puedes dejar de utilizar tu monitor durante un ciclo configurando tu ciclo nuevo como normal, pero entonces ignora cualquier prueba que tu monitor te pida durante ese ciclo. Durante este ciclo, no deberías confiar en el Monitor de anticoncepción Clearblue como método de anticoncepción.

Cuando empieces a utilizar tu monitor de nuevo quizás tengas más días rojos.

Si deseas dejar de utilizar tu monitor durante más de un ciclo, extrae las pilas y almacena el monitor y las pilas en un sitio seco. Si deseas comenzar a utilizar el Monitor de anticoncepción Clearblue de nuevo, tendrás que comprobar que todavía es adecuado para que lo utilices y, a continuación, reprogramar tu monitor.

21. ¿Puedo dejar que alguien más utilice mi monitor?

No. El monitor adapta y almacena información en relación a tu ciclo y no debería ser utilizado por nadie más. Además, por motivos higiénicos, no deberías compartir tu monitor.

* Clearblue Monitor de anticoncepción es fiable en un 94% si sigue las instrucciones adecuadamente y lo utilizas como único método de anticoncepción. Esto significa que si 100 mujeres utilizan el Monitor de anticoncepción Clearblue durante un año, se espera que 6 se queden embarazadas porque hayan mantenido relaciones un día cuando el Monitor de anticoncepción Clearblue mostró incorrectamente que no tenían riesgo de quedarse embarazadas (día verde).

www.clearblue.com

Agentes disponibles de 08:00 a 16:00 h, Lun - Vie, excepto festivos.

900 816 706

Gratuito desde red fija, se podrían aplicar cargos adicionales desde red móvil, Todas las llamadas son grabadas y podrían ser monitoreadas por motivos de control de calidad. Por favor, tenga el número de lote del producto disponible.

Clearblue es una marca comercial.

Fabricante: SPD Swiss Precision Diagnostics GmbH,

Route de St Georges 47, 1213 Petit-Lancy, Ginebra, Suiza.

©2014 SPD Swiss Precision Diagnostics GmbH. Todos los derechos reservados.

Distribuido en España por: Procter & Gamble España S.A:

Avda. de Bruselas nº24, 28108 Alcobendas Madrid.

Mantener fuera del alcance de los niños.

El monitor contiene imanes.

Desecha las pilas según el plan de reciclado correspondiente.

Este monitor IVD cumple la Directiva Europea 2004/108/CE de Compatibilidad electromagnética. Se ha comprobado el cumplimiento de la norma EN61326-1 de emisiones radiadas, Grupo 1, Clase B para equipo doméstico y EN61326-2-6 para la inmunidad de descargas electrostáticas y radiofrecuencia respecto al Criterio de rendimiento A.

Este monitor no se debería utilizar cerca de fuentes de radiación electromagnética fuertes, por ejemplo, teléfonos móviles, ya que pueden hacer que no funcione correctamente.

Para evitar descargas electrostáticas, no utilices el monitor en un ambiente muy seco, especialmente uno en el que estén presentes materiales sintéticos.

IVD



0843