5 ¿Necesito usar todos los sticks?
No. Cuando detectes un aumento repentino de LH podrás dejar de testear y podrás guardar el dispositivo de lectura y los sticks que te hayan sobrado, para tu próximo ciclo en caso de que sea necesario.

6 ¿Puedo usar el dispositivo con otros sticks?
El dispositivo solo puede utilizarse con los 7 sticks que lo acompañan en la caja.

7 Hice el test pero el símbolo de "test listo" no comenzó a parpadear. ¿Qué significa?
El test no se realizó correctamente. Un símbolo de error aparecerá en la pantalla, 10 minutos después de haber realizado el test. Deberás volver a hacer el test con un nuevo stick.

8 ¿Qué pasa si se moja el dispositivo?
Si el dispositivo se moja, deberás secarlo. Algunas salpicaduras no dañarán el dispositivo, pero si se moja mucho, sí puede dañarse. De ser así, la pantalla permanecerá en blanco o mostrará un símbolo de error.

9 Ya hice el test pero no aparece ningún resultado. ¿Qué significa esto?
El resultado debe aparecer en la pantalla, 3 minutos después de haber realizado el test. Si el resultado no aparece, se mostrará un símbolo de error en la pantalla dentro de un período de 10 minutos. Consultá "MENSAJES DE ERROR"

10 ¿Puedo usar Evaplan® Digital como método anticonceptivo?
No. **Evaplan® Digital** detecta el pico de LH que se produce 24-36 horas antes de la ovulación. Teniendo en cuenta que los espermatozoides se mantienen vivos por un promedio de 72 horas, podrías llegar a quedar embarazada si mantuviste relaciones sexuales los días previos al pico de LH.

11 ¿Cuál es la exactitud de Evaplan® Digital?
Se ha comprobado en extensos estudios de laboratorio que la exactitud de **Evaplan® Digital** es superior al **99%.**

12 Usé todos los tests del envase y todavía no se detectó ningún aumento de LH ¿Qué debo hacer?
Si después de 7 días de testeo no has detectado el pico de LH, es posible que hayas comenzado demasiado temprano, debiendo entonces continuar los tests con un nuevo envase de **Evaplan® Digital.** Realizar los tests durante 7 días es suficiente para que la mayoría de las mujeres detecten el pico de LH. Si después de 7 días de testeo no has detectado el pico de LH, esta situación se puede deber a alguna de las siguientes razones:
a) no hubo un pico de LH en este ciclo y por lo tanto no se ovuló; la menstruación no es necesariamente un signo de que se haya producido la ovulación.
b) puede haberse efectuado el testeo muy temprano o demasiado tarde en el ciclo.
c) la orina estaba muy diluida debido a la ingesta de demasiado líquido previo a la toma de la muestra.

13 Usé Evaplan® Digital a lo largo de varios meses, y aunque se detectó aumento de LH aún no quedé embarazada, ¿Qué debo hacer?
Existen muchos factores que pueden influir en la capacidad de quedar embarazada además de la ovulación. Vos y tu pareja deberían consultar a un médico especialista sobre otros factores que tal vez te estén impidiendo quedar embarazada.

14 ¿Puede algún medicamento o condición médica afectar el resultado?
Si estás embarazada o lo has estado recientemente, si estás amamantando o si has llegado a la menopausia, podrías obtener resultados erróneos. Lo mismo puede ocurrir si estás tomando medicamentos o inyecciones que contengan Gonadotrofina Coriónica Humana (hCG), LH o danazol. También si tenés infección urinaria o si la orina contiene cantidades excesivas de bacterias. Ante cualquier duda consultá siempre con tu médico.

15 ¿El tomar alcohol, aspirina u otro tipo de medicamentos comunes puede afectar el resultado?
No. Sólo si estás tomando medicamentos hormonales deberás consultar con tu médico antes de realizar el test.

16 Recientemente dejé de tomar anticonceptivos hormonales (como la pastilla anticonceptiva) ¿Afectará esto el resultado?
No. No afecta el resultado. Sin embargo, los anticonceptivos hormonales interrumpen el ciclo hormonal natural y si los has dejado de usar recientemente tus ciclos pueden ser irregulares y puede tomar tiempo para que se estabilicen. Tal vez prefieras esperar hasta que hayas tenido dos ciclos menstruales normales y hayas considerado la duración de estos ciclos antes de usar el test de ovulación **Evaplan® Digital.**

17 ¿Cómo puedo averiguar si estoy embarazada?
Los tests de embarazo **Evatest** te permiten detectar la hCG, hormona presente durante el embarazo en la orina, con una exactitud superior al 99%. No obstante, seguí las instrucciones de tu médico.

MENSAJES DE ERROR

18 Un símbolo parpadeante (Error A) apareció en la pantalla. ¿Qué significa?
El stick fue expulsado demasiado pronto.
Si no volvés a insertarlo rápidamente, aparecerá otro símbolo de error adicional en el display.

19 Apareció este símbolo (Error B) en la pantalla. ¿Qué significa?
Ha ocurrido un error durante el testeo. Puede ser que:
- Se aplicó orina en la lengüeta absorbente antes de que el stick se insertara en el dispositivo.
- La lengüeta absorbente no se mantuvo apuntando hacia abajo o el test no se colocó en posición horizontal después de aplicar la orina.
- Se aplicó muy poca o demasiada orina.
- El stick se expulsó demasiado pronto.

Este símbolo permanecerá en la pantalla durante 8 minutos. Volvé a realizar el test con un nuevo stick siguiendo las instrucciones de uso.

20 Apareció este símbolo (Error C) en la pantalla. ¿Qué significa?
El test no ha funcionado según lo esperado. Es posible que no se hayan seguido las instrucciones de uso.
Si tenés sticks que aun no hayas usado, no los uses con este dispositivo. Tendrás que realizar el test con un nuevo envase de **Evaplan® Digital.** Ante cualquier duda comunicate con la línea **Evaplan® 0-800-333-4272** para obtener mayor información.

21 La pantalla quedó en blanco. ¿Qué significa?
Si no aplicaste orina en el stick, expulsalo y comenzá nuevamente.
Si la pantalla sigue estando en blanco, tendrás que sustituirlo.

Elaborado por: Alere (Shanghai) Diagnostics Co. (en representación de SPD Swiss Precision Diagnostics GmbH), Ltd. 151 Libing road, Zhangjiang Hi-Tech Park, Shanghai - 201203, República Popular China.
Importado y Acondicionado por: Laboratorio Elea Phoenix S.A., Avda. Gral. Lemos Nº 2809, Los Polvorines, Pcia. de Bs. As.
Autorizado por la ANMAT. Certificado Nº 8382
Director Técnico: Alfredo J. Boccardo, Farmacéutico.
506284-00 3-pm-g

Dudas, Consultas?
0800-333-4272
Línea Evaplan®
Personal capacitado atenderá su consulta en forma totalmente confidencial.

Test de "uso in vitro" para determinación en orina. Este test no está diseñado como método anticonceptivo.
Ensayo orientativo para la autodetección de LH, sin valor diagnóstico. Ante cualquier duda consulte a su médico.

EVAPLAN® digital

Test de ovulación

DIVISIÓN ELEA

Identifica tus 2 días más fértiles
Aumenta tus posibilidades de quedar embarazada

Evaplan® Digital

Evaplan® Digital es un test de ovulación diseñado para detectar los 2 días más fértiles del ciclo menstrual a fin de que puedas aumentar tus probabilidades de quedar embarazada.

La avanzada tecnología de **Evaplan® Digital** permite detectar en la orina, en sólo 3 minutos, el incremento repentino de una hormona llamada luteinizante (LH). El aumento repentino de LH (pico de LH) ocurre aproximadamente entre 24 a 36 hs antes de que los ovarios liberen un óvulo que ha madurado, este proceso es conocido como ovulación. Te encontrarás en el período más fértil de tu ciclo menstrual tanto el día en que **Evaplan® Digital** detecte el aumento repentino de tu LH como al día siguiente.

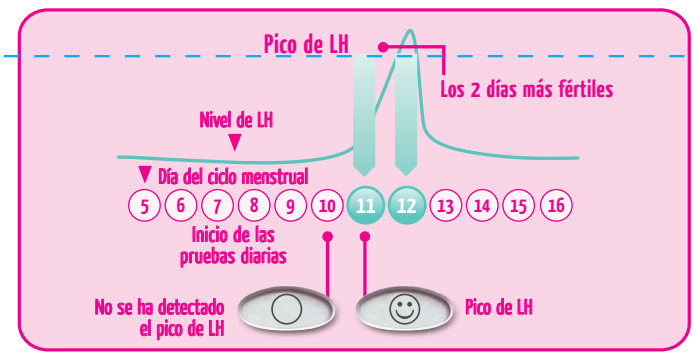
Tus 2 días más fértiles comienzan a partir del momento en que Evaplan® Digital detecta el pico de LH. Para maximizar tus probabilidades de quedar embarazada, deberás tener relaciones sexuales en cualquier momento de las siguientes 48hs.

El envase de Evaplan® Digital contiene todo lo necesario para efectuar tests durante 7 días (7 tests).
Antes de aplicar la orina en el stick, éste DEBE insertarse en el dispositivo.
Lee cuidadosamente las instrucciones de uso antes de realizar el test.

¿Qué es la Ovulación?

Los ovarios, ubicados en el abdomen, contienen y desarrollan los óvulos.
Cada 28 días aproximadamente un óvulo se desprende del ovario produciéndose la ovulación.
El óvulo se dirige hacia las Trompas de Falopio que son los conductos que unen los ovarios con el útero. Sus funciones son las de recoger el óvulo, dar lugar físico para la fecundación y conducir el óvulo fecundado al útero. El óvulo se mantiene en la Trompa de Falopio por sólo 24 horas aproximadamente, o sea que el momento más fértil es de muy corta duración cada ciclo femenino. Por lo tanto para aumentar las probabilidades de que se produzca un embarazo, se debería tener relaciones sexuales durante el período más fértil de la mujer: desde la detección del pico de LH hasta 2 días posteriores a la detección del mismo. Es importante saber que en algunos ciclos puede dejar de producirse el pico de LH y por lo tanto, no se producirá la ovulación. Por ello, aún cuando comience la menstruación en la fecha esperada, no es necesariamente un signo de que se haya producido la ovulación.

Ejemplo - Tus días más fértiles pueden variar de un ciclo a otro.



Glosario

- **Período menstrual:** es el tiempo en el cual se produce el sangrado durante el ciclo femenino.
- **Primer día de menstruación:** es el primer día de sangrado.
- **Ciclo femenino o menstrual:** es el tiempo que transcurre desde el primer día de la menstruación hasta el día anterior al comienzo del período siguiente.
- **LH:** es la hormona luteinizante del organismo que determina la ovulación.
- **Pico de LH:** es el aumento repentino del nivel de LH, indicando que la ovulación se producirá dentro de las siguientes 24-36 horas.
- **Stick:** Tira reactiva para la detección del pico de LH.

Especificaciones Técnicas

Evaplan® Digital es una tira reactiva basada en la técnica de inmunocromatografía tipo sándwich.
- **Sensibilidad: Evaplan® Digital** detectará el incremento del nivel del pico de LH si la concentración es igual o superior a 40 mUI/ml.(miliunidades por mililitro)
- **Especificidad:** No tiene reacción cruzada con: hFSH hasta 700 mUI/ml; TSH hasta 100 µUI/ml; hCG hasta 5 mUI/ml.
- **No tiene interferencias por:** acetaminofeno, vitamina C, aspirina, cafeína, atropina, glucosa, hemoglobina, ampicilina, tetracilina o ácido gentísico.
- **Condiciones de conservación del producto: Almacenar entre +2 °C y +30 °C.**
  Test para "uso in vitro". No utilizar después de la fecha de vencimiento.
- **Advertencias y Precauciones:** No posee.

Cuándo comenzar a utilizarlo

Todas las mujeres experimentan el pico de LH en un día diferente y éste puede cambiar de un ciclo a otro. Para aumentar las probabilidades de detectar el pico de LH, es necesario que conozcas la duración habitual de tu ciclo menstrual. Para calcular la duración de tu ciclo, contá desde el primer día de sangrado hasta el día anterior al comienzo de tu próximo período menstrual (sangrado). El número de días constituye la duración de tu ciclo menstrual.
Si no conocés la duración habitual de tu ciclo o dicha duración varía, consultá la pregunta 1 de la sección "Preguntas y Respuestas".

Seguí los siguientes pasos y utilizá el cuadro que figura debajo, para calcular el día en que deberás comenzar con los tests:

- **1.** Marcá en el cuadro la duración de tu ciclo.
- **2.** Luego fijate en el número que figura debajo del que marcaste. Este número corresponde al primer día de testeo.

Cuadro **"CUÁNDO COMENZAR"**

Marque la duración habitual de su ciclo

Duración de tu ciclo menstrual (en días)	21 o menos	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41 o más
Primer día de Testeo	5º	5º	6º	7º	8º	9º	10º	11º	12º	13º	14º	15º	16º	17º	18º	19º	20º	21º	22º	23º	Consulte la pregunta 2

- **3.** Identificá la fecha del primer día de menstruación del ciclo actual. A partir de esa fecha, contá tantos días como te indique el número del cuadro. La cifra resultante es la fecha en que deberás empezar a realizar los tests.

Ejemplo: Mi ciclo tiene una duración de 28 días. El cuadro **"CUÁNDO COMENZAR"** me indica que el día en que debo empezar el testeo es el 11° del ciclo. Mi último período menstrual empezó el 12 de marzo. Si cuento a partir del día 12 inclusive 11 días más, encuentro que debo comenzar con el primer test el día 22 de marzo.

Instrucciones de uso

Antes de abrir el envoltorio, lee cuidadosamente las instrucciones.
El producto debe estar a temperatura ambiente. Tené un reloj disponible a mano.
A partir del primer día de testeo, deberás llevar a cabo 1 test por día.

El test puede realizarse en cualquier momento del día pero debe ser a la misma hora cada día (muchas mujeres encuentran conveniente hacerlo a primera hora de la mañana).
La orina deberá tener una concentración de por lo menos 4hs. (deberás evitar orinar 4hs antes de realizar el test) y deberás evitar ingerir líquidos en forma excesiva antes de llevarlo a cabo.

• 1. Lista para comenzar

- Retirá un stick del envoltorio.
  Importante: Antes de aplicar orina sobre el stick, deberás insertarlo en el dispositivo. Seguí los pasos que se mencionan a continuación.

• 2. Prepará el test

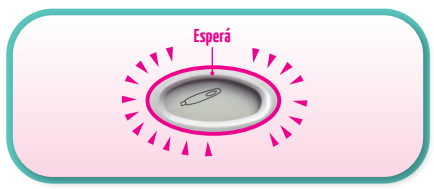
- Quitá la tapa del stick y visualizá su flecha rosa.
- Encontrá la flecha rosa en el dispositivo.
- Alineá las 2 flechas rosas como se indica en la foto.
- Insertá el stick en el dispositivo hasta que encaje en su lugar haciendo "click" y aparezca en la pantalla el símbolo que indica que todo está listo para el testeo "test listo"
  No utilizar el test hasta que aparezca este símbolo.
- Cuando aparezca el símbolo de "test listo", deberás llevarlo a cabo inmediatamente. (Si el símbolo de "test listo" no aparece o si el símbolo ha desaparecido, expulsá el stick del dispositivo y volvé a insertarlo con cuidado).

• 3. Realizá el test

- Colocá la lengüeta absorbente apuntando hacia abajo directamente sobre el chorro de orina durante por lo menos 7 segundos hasta que esté mojada. (Tené la precaución de no mojar el dispositivo)
- Retirá el test del chorro de orina y apoyalo sobre una superficie plana. Volvé a colocar la tapa.

• 4. Esperá

- El símbolo de "test listo" comenzará a parpadear luego de 20 a 40 segundos indicando que el test está funcionando.
- NO EXPULSES el stick del dispositivo.
- Esperá 3 minutos y leé el resultado.



Lectura del resultado

NO SE HA DETECTADO PICO DE LH

Si el resultado es ◯, **no se ha detectado el pico de LH.**
Repetí el test mañana a la misma hora con un nuevo stick.

PICO DE LH

Si el resultado es ☺, **se ha detectado el pico de LH** y por lo tanto estás en tus días más fértiles. Para maximizar tus posibilidades de quedar embarazada, deberás tener relaciones sexuales en cualquier momento dentro de las próximas 48hs.
No es necesario continuar con los tests durante este ciclo.

Una vez que hayas leído el resultado, deberás presionar el botón de expulsión, quitar el stick del dispositivo y descartar el stick. El resultado permanecerá en la pantalla por 8 minutos. El resultado del test solo puede leerse en la pantalla del dispositivo. No se deben interpretar resultados a partir de líneas que aparezcan en el stick. No insertar en el dispositivo un stick usado.

Símbolos de errores

- **ERROR A**
  Se expulsó el stick demasiado pronto. Volvé a insertar el stick rápidamente.
  Consultá la pregunta 18 de la sección "Preguntas y Respuestas".

- **ERROR B**
  Consultá la pregunta 19 de la sección "Preguntas y Respuestas".

- **ERROR C**
  Consultá la pregunta 20 de la sección "Preguntas y Respuestas".

Los símbolos de error permanecerán en la pantalla durante 8 minutos aproximadamente.
No vuelvas a realizar el test hasta que los símbolos de error desaparezcan.

Cuándo terminar de testear

A menos que su médico indique lo contrario, se puede terminar de efectuar los tests una vez que se haya detectado el pico de LH. Los test que hayan sobrado pueden ser usados en el próximo ciclo, siempre que el sobre de aluminio no haya sido abierto.

Para tener en cuenta

- Aunque se detecte más de un día en que exista un pico de LH, la ovulación se produce dentro de las 24-36 horas del primer día en que se produce el pico de LH.
- El resultado del test no será preciso ni confiable si estás embarazada, en la menopausia o si estás tomando anticonceptivos.
- El test no está diseñado como método anticonceptivo.
- **Evaplan® Digital** es un test de uso externo.
- No utilizar **Evaplan® Digital** después de la fecha de vencimiento.
- No abrir el envase hasta el momento de su uso.

Contenido del envase

La caja contiene en su interior:
- 7 sticks para realizar 7 determinaciones.
- 1 dispositivo lector digital.
- 1 manual de instrucciones.

Cada stick podrá ser utilizado una única vez debiendo ser descartado con posterioridad a su uso.
Una vez utilizados los 7 sticks que contiene el envase, descartar el dispositivo lector digital.

Preguntas y respuestas

1. ¿No conozco la duración habitual de mi ciclo menstrual o es irregular. ¿Cuándo debo realizar el test?
Si no conocés la duración habitual de tu ciclo menstrual, se recomienda que esperes al menos un ciclo y que anotes la duración de éste antes de usar el test de ovulación **Evaplan® Digital.** Una vez que hayas determinado la duración de tu ciclo podrás comenzar a realizar los test siguiendo las instrucciones de uso. Si la duración de tus ciclos varía en más de 3 días, tomá como referencia el ciclo más corto de los últimos 6 meses para saber cuándo comenzar los tests. Posiblemente tengas que utilizar un nuevo envase de **Evaplan® Digital** para detectar tu pico de LH.
Si querés comenzar los tests sin conocer la duración de tu ciclo, te recomendamos empezar los tests el día 10 (no obstante en este caso es posible que no se detecte tu pico de LH por haber comenzado los tests demasiado tarde o que necesites utilizar un nuevo envase de **Evaplan® Digital** para continuar con los tests).

2. La duración de mi ciclo está fuera del rango que muestra el cuadro "CUANDO COMENZAR" ¿Cómo sé cuándo empezar a testear?
Si tu ciclo tiene 21 días o menos, comenzá los tests el día 5. Si tu ciclo tiene más de 40 días, comenzá 17 días antes de la fecha prevista de tu próximo período (sangrado).

3. ¿A qué hora debo hacer el test?
Podés realizar el test a cualquier hora del día, pero lo deberás hacer aproximadamente a la misma hora cada día. Recordá que no debés haber orinado por lo menos 4 horas antes de realizar el test.

4. ¿Puedo recoger la orina en un recipiente?
Sí, siempre y cuando se encuentre limpio y seco. Luego deberás sumergir la lengüeta absorbente del test dentro del recipiente que contiene la orina, durante por lo menos 15 segundos.