

Algunas preguntas y respuestas

1 ¿Cómo trabaja Evaplan Easy?

Evaplan Easy está basado en la tecnología de inmunocromatografía tipo sándwich que permite la detección directa de la hormona luteinizante (LH) en la orina, por medio de anticuerpos monoclonales marcados con partículas de oro coloidal de color rosado.

2 ¿A qué hora debo juntar la orina?

La orina puede ser la de cualquier momento del día. Procure realizar el test aproximadamente a la misma hora cada día que fuese necesario.

No debe ingerir demasiado líquido ni orinar durante las 4 horas previas a tomar la muestra de orina, a fin de aumentar la concentración de la misma. Si lo desea, puede efectuar el test con la primera orina de la mañana.

3 ¿Puedo recoger la orina en un recipiente?

Sí, siempre y cuando se encuentre limpio y seco. Luego deberá sumergir la lengüeta del test hasta la mitad dentro del recipiente que contiene la orina, durante al menos 10 segundos.

4 Si no pudiera comenzar a realizar el test el día correspondiente, ¿puedo almacenar la muestra de orina y realizarlo con posterioridad?

Sí, teniendo la precaución de almacenarla en un recipiente limpio y con tapa que deberá ser refrigerado entre 2° y 8°C. La muestra de orina no se deberá conservar por más de 72 horas.

5 Una vez que veo el resultado positivo, ¿cuándo debo mantener relaciones sexuales?

La ovulación se produce dentro de las 24-36 horas posteriores al pico de LH, por lo cual sería conveniente mantener relaciones sexuales a partir de la detección del pico de LH. **Ante cualquier duda consulte a su médico.**

6 Estoy usando el método de temperatura basal, ¿Evaplan Easy lo reemplaza?

Evaplan Easy es un método sumamente confiable y seguro para predecir la ovulación. De todos modos, es posible que su médico le recomiende la aplicación de ambos métodos.

7 ¿Es imprescindible efectuar la lectura del resultado entre los 3 y 10 minutos?

Sí. De lo contrario pueden cometerse errores en la interpretación del resultado.

8 ¿Cuál puede ser el motivo por el cual no aparezca ninguna línea en la zona de control?

Si eso ocurriera podría deberse a que la tira reactiva fue humedecida en forma indebida; que no se hubieran seguido las instrucciones de uso debidamente, o que la tira reactiva estuviese vencida.

9 ¿Qué hago si estoy insegura sobre el resultado?

El test es muy sencillo de realizar y por lo tanto difícilmente Ud. se equivoque en su procedimiento. Usted podrá comprobar si ha realizado todo correctamente puesto que la aparición de la línea en la ventana de control (oval) se lo confirmará. Si dicha línea no apareciera, aconsejamos repetir el test con un nuevo dispositivo. Si por otro lado, una vez obtenido el resultado positivo, Ud. quisiera confirmar que se haya producido el pico de LH, sugerimos repetir la prueba 6 horas más tarde, recordando que no se debe orinar las 4 horas previas a recoger la orina para el nuevo test.

10 ¿Puedo usar Evaplan Easy como método anticonceptivo?

No. Evaplan Easy detecta el pico de LH que se produce 24-36 hora antes de la ovulación. Teniendo en cuenta que los espermatozoides se mantienen vivos por un promedio de 72 horas, usted podrá quedar embarazada si tuviese relaciones sexuales dentro de los 2-3 días previos al pico de LH.

11 ¿Cuál es la exactitud de Evaplan Easy?

Se ha comprobado en pruebas de laboratorio que la exactitud de Evaplan Easy es superior al 99%.

12 El mes pasado el resultado positivo me apareció recién con el último test.

Esta vez ¿puedo empezar el testeo más tarde?

A menos que su médico le dé otra instrucción, le aconsejamos respetar las indicaciones del capítulo "Evaplan Easy - Cuándo comenzar a utilizarlo". Si usted comenzara el testeo más tarde, hay mayores probabilidades de no detectar el pico de LH.

13 He utilizado todos los tests del envase y todavía no obtuve un resultado positivo.

¿Qué debo hacer?

Si después de 5 días de testeo Ud. no ha detectado el pico de LH, es posible que haya comenzado demasiado temprano, debiendo entonces continuar los tests con un nuevo envase de Evaplan Easy. Realizar los tests durante 10 días es suficiente para que la mayoría de las mujeres (más del 90%) detecten el pico de LH. Si después de 10 días de testeo Ud. no ha detectado el pico de LH, esta situación se puede deber a alguna de las siguientes razones:

- no tuvo un pico de LH en este ciclo y por lo tanto no ovuló; la menstruación no es necesariamente un signo de que se haya producido la ovulación.
- puede haberse efectuado el testeo muy temprano o demasiado tarde en el ciclo.
- la orina estaba muy diluida debido a la ingesta de demasiado líquido previo a la toma de la muestra.

14 He utilizado Evaplan Easy a lo largo de varios meses, y aunque he detectado el pico de LH aún no he quedado embarazada, ¿qué debo hacer?

Existen muchos factores que pueden influir en su capacidad de quedar embarazada, aparte de la ovulación. Usted y su pareja deberían consultar a un médico especialista sobre otros factores que le impiden quedar embarazada.

15 ¿Qué puede interferir con los resultados de los tests?

Si usted está embarazada o lo ha estado recientemente, si está amamantando o ha llegado a la menopausia, podría obtener resultados erróneos. Lo mismo le puede ocurrir si está tomando medicamentos o inyecciones que contengan hCG, LH o danazol. También si su orina contiene cantidades excesivas de bacterias. Consulte a su médico ante cualquier duda.

16 El tomar alcohol, aspirina u otro tipo de medicamentos comunes ¿afecta el resultado?

No. Si está tomando medicamentos hormonales deberá consultar con su médico antes de realizar el test.

17 Los anticonceptivos orales, ¿pueden afectar el resultado?

El uso de anticonceptivos puede alterar la duración de sus ciclos. Por ello recomendamos, una vez que haya dejado de tomarlos, esperar a tener 2 ciclos regulares para iniciar el testeo con Evaplan Easy. No obstante, siga las instrucciones de su médico.

18 ¿Cómo puedo averiguar si estoy embarazada?

El test de embarazo EVATEST le permite detectar la hormona del embarazo en la orina, aún un día antes del comienzo del período menstrual, con una exactitud superior al 99%.

No obstante, siga las instrucciones de su médico.

Registro de resultados

	Fecha	Resultado	Observaciones
• 1er Test	_____	_____	_____
• 2do Test	_____	_____	_____
• 3er Test	_____	_____	_____
• 4to Test	_____	_____	_____
• 5to Test	_____	_____	_____

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[®]

easy

Test de ovulación
en un paso

ELEA

Evaplan Easy

Evaplan Easy es un test diseñado para predecir en sólo 3 minutos el momento de la ovulación. Esta etapa del ciclo femenino marca el período de fertilidad y por ello es cuando existen mayores probabilidades de quedar embarazada.

No abrir el envoltorio que contiene el test antes de su uso.

Glosario

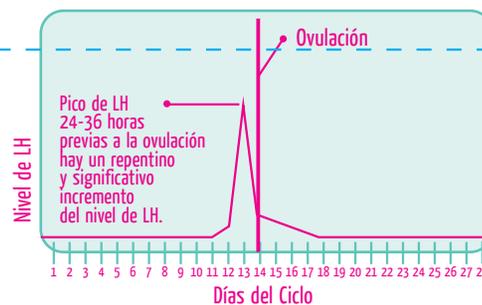
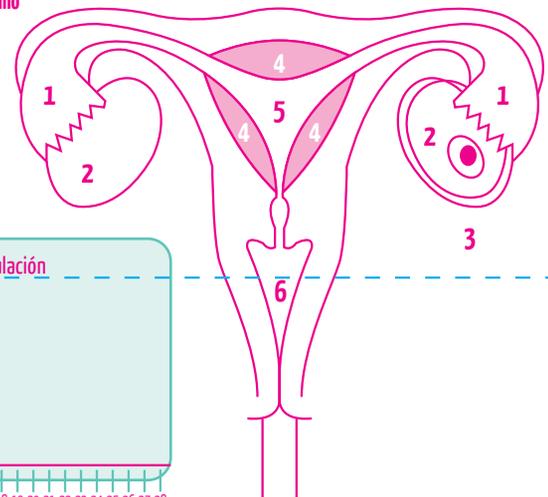
- **Período menstrual:** es el tiempo en el cual se produce el sangrado durante el ciclo femenino.
- **Primer día de menstruación:** es el primer día de sangrado.
- **Ciclo femenino:** es el tiempo que transcurre desde el primer día de la menstruación hasta el día anterior al comienzo del período siguiente.
- **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.

¿Qué es la OVULACION?

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 a las Trompas de Falopio. Las trompas 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 aquí por sólo 24 horas, o sea que el momento más fértil es de muy corta duración cada mes. El espermatozoides que puede fertilizar el óvulo se mantiene activo en promedio 72 horas. Así que, para aumentar las posibilidades de que se produzca un embarazo, se debería tener relaciones sexuales durante el momento más fértil de la mujer: desde la detección del pico de LH hasta 1, 2 ó 3 días posteriores a la detección del mismo. Durante la mayor parte del ciclo femenino, el cuerpo produce pequeñas cantidades de LH, pero cerca de la mitad de dicho ciclo, la cantidad aumenta repentinamente por un breve período. Este incremento repentino de LH se lo denomina "pico de LH", y provoca el desprendimiento del óvulo desde el ovario (ovulación). Dicha ovulación se produce dentro de las 24-36 horas de ocurrido el pico de LH. Es importante saber que en algunos ciclos puede dejar de producirse el pico de LH y por lo tanto, 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.

Esquema del aparato reproductor femenino

- 1 - Trompas de Falopio
- 2 - Ovarios
- 3 - Folículo de De Graaf
- 4 - Endometrio
- 5 - Utero o matriz
- 6 - Vagina



Descripción del Test

Evaplan Easy es un test diseñado para predecir el período de ovulación, a fin de que la mujer pueda identificar cuál es el momento más probable en que pueda quedar embarazada. Por ello, puede ser utilizado también en la planificación del embarazo. Evaplan Easy determina el nivel de LH en orina en sólo 3 minutos. Esta hormona está siempre presente en la orina y su concentración se incrementa repentinamente por un breve período antes de la ovulación. Este incremento de concentración de la LH (pico de LH) es detectable por Evaplan Easy, indicando que la ovulación se producirá dentro de las siguientes 24-36 horas. Evaplan Easy está diseñado específicamente para la detección del pico de LH y no como método anticonceptivo. Debido a que el pico de LH se produce repentinamente y teniendo en cuenta que ese pico se desarrolla en un breve lapso, es necesario realizar una serie de tests hasta detectar el momento preciso del pico de LH. Evaplan Easy presenta un envase conteniendo todo lo necesario para efectuar tests durante 5 días (5 tests).

Advertencias y Precauciones

No posee.

Especificaciones técnicas

Evaplan Easy es una tira reactiva basada en la técnica de inmunocromatografía tipo sándwich.

- **Sensibilidad:** Evaplan Easy detectará el incremento del nivel de LH si la concentración de LH es igual o superior a 40 mUI/ml.
- **Especificidad:** no tiene reacción cruzada con: hFSH hasta 700 mUI/ml; TSH hasta 100 UI/ml; hCG hasta 10 mUI/ml.
- **No tiene interferencias por:** acetaminofeno, vitamina C, aspirina, cafeína, atropina, glucosa, hemoglobina, ampicilina, tetraciclina o ácido gástrico.
- **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.

Cuándo comenzar a utilizarlo

La decisión de comenzar la realización de los tests se basará en la duración del ciclo femenino. Si la duración de los ciclos no fuese regular, deberá tomarse en cuenta la menor duración de los últimos meses. Si tuviese dudas, sugerimos consultar a su médico.

Piense en los últimos meses transcurridos, y defina cuál ha sido la duración habitual de su ciclo. Definida la duración del ciclo, siga los siguientes pasos en el cuadro "CUANDO COMENZAR".

1. Marque la duración (cantidad de días) de su ciclo. Si fuese irregular, marque la menor duración.
2. Luego fíjese en el número directamente debajo del que Ud. marcó. Este número corresponde al primer día del testeo.

Cuadro "CUANDO COMENZAR"

Marque la duración habitual de su ciclo

Duración del ciclo (cant. días)	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
Primer día de Testeo	4°	5°	6°	7°	8°	9°	10°	11°	12°	13°	14°	15°	16°	17°	18°	19°	20°	21°	22°	23°

3. Tome un calendario e identifique la fecha del primer día de menstruación del ciclo actual. A partir de esta fecha, cuente tantos días como le indique el número del Primer Día de Testeo. La cifra resultante es la fecha en que deberá comenzar a realizar los tests.

Ejemplo: Sra. Ana: "Mi ciclo tiene una duración habitual de 28 días. El cuadro "CUANDO COMENZAR" me indica que el día en que debo comenzar el testeo es el 11° (undécimo) del ciclo.

Marque la duración habitual de su ciclo

Duración del ciclo (cant. días)	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
Primer día de Testeo	4°	5°	6°	7°	8°	9°	10°	11°	12°	13°	14°	15°	16°	17°	18°	19°	20°	21°	22°	23°

Mi último período menstrual comenzó 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.

Ahora coloque sus propios datos en los espacios provistos

	Mis datos:	Ejemplo de Sra. Ana
La duración de mi ciclo es:	_____	28 días
El último período comenzó (fecha)	_____	12 de Marzo
Primer día de testeo (surge del cuadro "CUANDO COMENZAR")	_____	11°
Fecha de comienzo de los tests	_____	22 de Marzo

Si los ciclos fuesen irregulares tendrá que optar por el menor de ellos, y probablemente necesite efectuar más de 5 tests.

Instrucciones de uso

Antes de abrir el envoltorio, lea cuidadosamente las instrucciones.

La orina deberá tener una concentración de por lo menos 4 horas. (deberá evitar orinar 4 horas antes de realizar el test). El producto debe estar a temperatura ambiente. Tenga un reloj disponible.

A partir del primer día de testeo, usted llevará a cabo 1 test por día procediendo de la siguiente manera:



- 1 Abra el envase y retire el dispositivo.
- 2 Quite la tapa protectora y exponga la lengüeta absorbente hacia abajo.
- 3 Sostenga la lengüeta directamente en el chorro de orina durante por lo menos 6 segundos hasta que esté mojada.



- 4 Con la lengüeta apuntando hacia abajo, vuelva a colocar la tapa y luego coloque el dispositivo sobre una superficie plana.



5 Deje el dispositivo en esta posición durante 3 minutos y luego lea el resultado.

El resultado puede ser interpretado entre los 3 y 10 minutos. No interprete el resultado luego de 10 minutos.

Lectura del resultado

En la ventana de control (oval) debe aparecer siempre una línea rosada. Esto indica que el test se realizó correctamente y que el dispositivo funciona bien.

Ventana de resultado
Esta ventana muestra el resultado del test



Ventana de control
Esta ventana muestra si el test se realizó correctamente

Usted debe comparar la intensidad de color de la línea en la ventana de resultado (cuadrada) respecto de la línea en la ventana de control (oval).

Si al primer día de testeo el mismo resultara NEGATIVO, se deberá continuar efectuando un test los días sucesivos hasta llegar a un resultado POSITIVO.

Los colores de las líneas de resultado representados en este manual son orientativos.

• RESULTADO NEGATIVO

Si aparece solo una línea en la ventana de control (oval) el resultado es NEGATIVO, indicando que el pico de LH no se ha producido.

Si aparece una línea en la ventana de resultado (cuadrada) pero su color es más claro que la línea que aparece en la ventana de control (oval), igualmente sigue siendo un resultado NEGATIVO, puesto que el nivel de LH se mantiene bajo y por ello se deberá continuar con los test diarios.



(-) Negativo - no hay pico de LH

• RESULTADO POSITIVO

Si aparecen dos líneas y la de la ventana de resultado (cuadrada) es de mayor o igual intensidad de color a la de la ventana de control (oval), el resultado es POSITIVO, indicando que se ha producido un incremento muy marcado en el nivel de LH. De esta manera queda detectado el pico de LH, y la ovulación debería producirse dentro de las próximas 24-36 horas. Se está ante el momento más fértil del ciclo de la mujer. Se deberían tener relaciones sexuales desde la detección del pico de LH, hasta 1, 2 ó 3 días posteriores a la detección del mismo, así se estarán aumentando las posibilidades de producir un embarazo. No hay necesidad de esperar a la ovulación para mantener relaciones sexuales.



(+) Positivo - hay pico de LH

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 está embarazada, en la menopausia o si está tomando anticonceptivos.
- El test no está diseñado como método anticonceptivo.
- Evaplan Easy es de uso externo.
- No utilice Evaplan Easy después de la fecha de vencimiento.
- No abra el envase hasta el momento de su uso.
- Para un mejor control se recomienda realizar el test el mismo día en que se juntó la orina.

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.

Contenido del envase

- La caja contiene en su interior:
- 5 dispositivos para realizar 5 tests.
 - 1 manual de instrucciones.

Cada dispositivo podrá ser utilizado una única vez debiendo ser descartado con posterioridad a su uso.

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 S.A.C.I.F. y A. Sanabria 2353, CABA. Autorizado por ANMAT. Certificado N° 7869. Director Técnico: Isaac J. Nisenbaum, Farmacéutico. 500305-00 3-pm-g

Dudas, Consultas?
0800-333-4272
Línea Gratuita Evaplan

Si desea mayor información comuníquese de
Lunes a Viernes 9 a 17 hs



Personal capacitado atenderá su consulta en forma totalmente confidencial.