9 ¿Cuál puede ser el motivo por el cuál no aparezca ninguna línea en la zona de resultado?
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.

10 ¿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 superior **(Control de Función)** se lo confirmará. Si dicha línea no apareciera, aconsejamos repetir el test con una nueva tira. 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.

11 ¿Puedo usar EVAPLAN como método anticonceptivo?
No. **EVAPLAN** 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**.

12 ¿Cuál es la exactitud de EVAPLAN?
Se ha comprobado en pruebas de laboratorio que la exactitud de **EVAPLAN** es superior al 99%.

13 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 - Cuándo comenzar a utilizarlo". Si usted comenzara el testeo más tarde, hay mayores probabilidades de no detectar el **pico de LH**.

14 ¿Puedo acostar la tira reactiva EVAPLAN en el recipiente con orina en vez de dejarla introducida en la ranura?
No. Si no respeta la posición de la tira en el recipiente, podrá humedecer incorrectamente el reactivo y provocar un resultado poco confiable o echar a perder el test. Asimismo debe respetarse el nivel de orina a introducirse en el recipiente provisto por **EVAPLAN**.

15 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**. 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:
a) 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.
b) puede haberse efectuado el testeo muy temprano o demasiado tarde en el ciclo.
c) la orina estaba muy diluída debido a la ingesta de demasiado líquido previo a la toma de la muestra.

16 He utilizado EVAPLAN 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.

17 ¿Qué puede interferir con los resultados de los tests?
Si usted está embarazada, lo ha estado recientemente, 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. Consulte a su médico ante cualquier duda.

18 El tomar alcohol, ácido acetil salicílico 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.

19 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**. No obstante, siga las instrucciones de su médico.

20 ¿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.
Ensayo orientativo para la autodetección de LH, sin valor diagnóstico.

EVAPLAN Registro de Resultados

	Fecha	Resultado	Observaciones
1er. Test	_ _ _ _ _ _ _	_ _ _ _ _ _ _	_ _ _ _ _ _ _ _ _ _
2do. Test	_ _ _ _ _ _ _	_ _ _ _ _ _ _	_ _ _ _ _ _ _ _ _ _
3er. Test	_ _ _ _ _ _ _	_ _ _ _ _ _ _	_ _ _ _ _ _ _ _ _ _
4to. Test	_ _ _ _ _ _ _	_ _ _ _ _ _ _	_ _ _ _ _ _ _ _ _ _
5to. Test	_ _ _ _ _ _ _	_ _ _ _ _ _ _	_ _ _ _ _ _ _ _ _ _

Urufarma

Elaborado por Syntron Bioresearch, Inc. 2774 Loker Ave. West Carlsbad California 92008, USA.
Importado por **Urufarma S.A.**
Monte Caseros 3260. Montevideo.
Autorizado por el MSP - Reg. Nº 2596
Director Técnico: Q.F. Fabiana Wilson

LI-5379-02

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.

TEST DE OVULACION EN UN PASO

EVAPLAN®

Urufarma

PARA CONOCER TU PERIODO DE FERTILIDAD

III

EVAPLAN Para conocer tu período de fertilidad

Test de ovulación en un paso.

EVAPLANes 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.

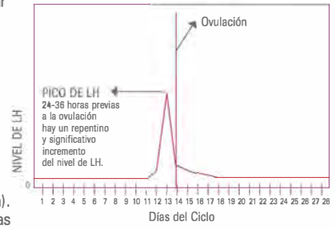
GLOSARIO

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.

¿QUE 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 esperma del hombre 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



EVAPLAN Propósito del Test

EVAPLAN 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** 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**, indicando que la ovulación se producirá dentro de las siguientes 24-36 horas. Evaplan 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** presenta un envase conteniendo todo lo necesario para efectuar tests durante 5 días (5 tests).

ESPECIFICACIONES TECNICAS

EVAPLANes una tira reactiva basada en la tecnología GAIA (Gold Adsorbed Inmuno Assay).

Sensibilidad:EVAPLANdetectará el incremento del nivel de LH si la concentración de LH es superior a 30 mUI/ml.

Especificidad: No tiene reacción cruzada con: hFSH hasta1000 mUI/ml); TSH hasta 1000 µUI/ml.

No tiene interferencias por:acetaminofeno, vitamina C, ácido acetil salicílico, cafeína, atropina, glucosa, hemoglobina, ampicilina, tetracilina o ácido gentísico.

Condiciones de conservación del producto: Almacenar entre +15°C y +28°C. Test para "uso in vitro".

EVAPLAN 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 DURACION 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	4º	5º	6º	7º	8º	9º	10º	11º	12º	13º	14º	15º	16º	17º	18º	19º	20º	21º	22º	23º

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 11º (undécimo) del ciclo.

MARQUE LA DURACION 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	4º	5º	6º	7º	8º	9º	10º	11º	12º	13º	14º	15º	16º	17º	18º	19º	20º	21º	22º	23º

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")	_ _ _ _ _ _ _ _	11º
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.

EVAPLAN Instrucciones de Uso

Lea detenidamente las instrucciones antes de realizar el test.
A partir del primer día de testeo, usted llevará a cabo 1 test por día procediendo de la siguiente manera:

1. Llene uno de los recipientes con la orina de cualquier momento del día. **La orina deberá tener una concentración de por lo menos 4 hs. (deberá evitar orinar 4 hs.** antes de realizar el test). El nivel del líquido no debe superar el borde interior del recipiente (ver Fig. 1).
   En lo posible, las muestras de orina de los distintos días, deberían ser tomadas en el mismo horario.
2. Abra el envase (con la marca **EVAPLAN** impresa). Encontrará una **tira reactiva** y **un sobrecito anti-humedad** que no debe ser utilizado en el test (ver Fig. 2).
3. Deshágase del sobrecito anti-humedad, tirándolo al cesto de basura.
4. Tome la tira solamente por el extremo verde, teniendo especial cuidado de no humedecer la zona de resultado bajo ningún concepto.
5. Introduzca la tira reactiva **insertándola en la ranura** del recipiente con las flechas orientadas hacia abajo. **Ninguna parte de las flechas deberá tocar la orina**. Déjela en esta posición durante 3 minutos.
6. **Después de los 3 minutos**, saque la tira de la orina y lea la zona de resultado.

Fig. 1

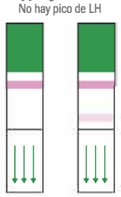
Fig. 2

EVAPLAN Lectura del Resultado

Lea los resultados entre los 3 y 10 minutos. No interprete los resultados luego de los 10 minutos. La línea superior significa que el test se ha realizado correctamente. A esta línea se la denomina **"Control de Función"**. Si al primer día de testeo, el mismo resultara **NEGATIVO**, se deberá continuar efectuando un test en cada uno de los días sucesivos hasta llegar a un resultado **POSITIVO** .

IMPORTANTE: Los colores de las líneas de resultado representados en este Manual son orientativos.

(-) negativo
No hay pico de LH



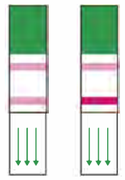
RESULTADO NEGATIVO

Una línea sola es un resultado **NEGATIVO**, indicando que el **pico de LH** no se ha producido. **Si apareciera la segunda línea**, ubicada por debajo de la línea de **Control de Función pero de menor intensidad de color que la línea superior**, 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.

RESULTADO POSITIVO

Si aparecen dos líneas y la de abajo es de mayor o igual intensidad de color a la superior, 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 necesidades de esperar a la ovulación para mantener relaciones sexuales.

(+) positivo
Hay pico de LH



EVAPLAN 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.

EVAPLANes de uso externo.

No utilice **EVAPLAN** después de la fecha de vencimiento.

No abra el envase hasta que el recipiente esté lleno de orina.

Para un mejor control se recomienda realizar el test el mismo día en que se juntó la orina.

EVAPLAN 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. Las tiras reactivas que hayan sobrado pueden ser usadas en el próximo ciclo, siempre que el envase no haya sido abierto.

EVAPLAN Contenido del envase

EVAPLAN contiene todos los elementos necesarios para la realización de 5 tests.
5 envases: cada uno conteniendo una tira reactiva y un sobrecito anti-humedad.
5 recipiente para orina.
1 manual de instrucciones de uso.

Dudas o comentarios

Personal capacitado atenderá gustosamente su consulta en forma totalmente confidencial.

Algunas preguntas y respuestas

1 ¿Para qué sirve el sobrecito anti-humedad que viene junto a la tira reactiva EVAPLAN?
Este sobrecito anti-humedad se encuentra dentro del envase y es para mantener a **EVAPLAN** en óptimas condiciones. Esta es su única función. No debe utilizarse en la realización del test y debe desecharse una vez abierto el envase.

2 ¿Cómo trabaja EVAPLAN?
EVAPLANestá basado en la tecnología GAIA (Gold Adsorbed Immuno Assay) que permite la detección directa de la hormona luteinizante (LH) en la orina, por medio de anticuerpos monoclonales marcados con sales de oro.

3 ¿A qué hora debo juntar la orina?
La orina puede ser la de cualquier momento del día, procurando que la recolección de la misma se realice aproximadamente a la misma hora cada día que fuese necesario repetir el test. **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.

4 ¿Puedo recoger la orina primeramente en otro recipiente?
Sí, siempre y cuando se encuentre limpio y seco. Luego la orina deberá ser volcada en el recipiente**EVAPLAN.**

5 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 2º y 8ºC. La muestra de orina **no se deberá conservar por más de 72 horas.**

6 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.

7 Estoy usando el método de temperatura basal, ¿EVAPLAN lo reemplaza?
EVAPLANes 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.

8 ¿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.