Natural Cycles

La app anticonceptiva efectiva* y libre de hormonas

HABILITADO POR LA FDA EN EE. UU.
MARCADO CE EN EUROPA

18+ **Debes ser mayor de 18 años**

*Se ha demostrado que, con un uso típico, Natural Cycles tiene una efectividad del 93 %, lo que significa que 7 de cada 100 mujeres quedan embarazadas en el transcurso de un año de uso. Con un uso perfecto, Natural Cycles tiene una efectividad del 98 %, lo que significa que 2 de cada 100 mujeres quedan embarazadas en el transcurso de un año de uso a pesar de usar la app de forma correcta.

¿Qué es Natural Cycles?

La primera y única app anticonceptiva disponible en EE. UU.

Libre de hormonas

Un método con una efectividad del 93 % con un uso típico y una efectividad del 98 % con un uso perfecto

Respaldada por bases científicas

Una app inteligente que se adapta a tu ciclo

Habilitada por la FDA

¿Cómo funciona Natural Cycles?

Tu temperatura varía a lo largo de tu ciclo y presenta un aumento sutil pero importante cuando se produce la ovulación.

Al tomar tu temperatura de forma regular con un termómetro basal en cuanto te despiertas, obtienes datos lo suficientemente precisos para detectar estos cambios sutiles.

Una mujer puede quedar embarazada en sus días fértiles, que incluyen el día de ovulación y los cinco días en los que el esperma puede sobrevivir en el aparato reproductor femenino.

Natural Cycles es una app inteligente que identifica tus días fértiles en función de los datos que ingresas. La app tiene en cuenta tus seis días fértiles y el patrón de tu ciclo para calcular tanto los días fértiles como los no fértiles.

Cómo calcula la app tus días fértiles

X días intermedios de precaución, dependiendo de tu ciclo

5 días de supervivencia del esperma

Día de ovulación

X días intermedios de precaución, dependiendo de tu ciclo

¿Qué tienes que hacer?

1

Toma tu temperatura
Coloca un termómetro basal debajo de tu lengua y mide tu temperatura en cuanto te despiertas.

2

Agrega tus datos
Ingresa datos sobre tu temperatura y tu periodo en la app.

3

Consulta tu estado de fertilidad
La app te mostrará días rojos o verdes. Los días verdes indican que no te encuentras en la fase fértil de tu ciclo y que puedes tener relaciones sin protección. Los días rojos indican que te encuentras en tu fase fértil y que debes usar protección para prevenir un embarazo.

Para usar Natural Cycles, tendrás que adoptar una rutina diaria: lo ideal sería que tomes y registres tu temperatura cinco días a la semana. Con el tiempo, la app va conociendo el patrón de tu ciclo, en función de los datos que ingresas. Es posible que, al comenzar a usar la app, veas muchos días rojos, pero a medida que ingreses más datos, empezarás a ver más días verdes.

¿Es Natural Cycles adecuado para ti?

Cuando hablamos de métodos anticonceptivos, no hay un método que sirva por igual para todas las mujeres; por eso, es importante que encuentres un método que sea adecuado para ti.

Natural Cycles puede ser el método correcto para ti si:

- ✓ Eres mayor de 18 años
- ✓ Buscas un método anticonceptivo efectivo y libre de hormonas
- ✓ Te interesa aprender más sobre tu cuerpo y sobre tu fertilidad
- ✓ Estás dispuesta a incorporar Natural Cycles a tu rutina
- ✓ Estás dispuesta a usar protección, como condones, en los días rojos

Es importante que sepas que Natural Cycles no te protege contra infecciones de transmisión sexual (ITS).

Visita naturalcycles.com/es para obtener más información sobre Natural Cycles, nuestras investigaciones científicas y nuestros asesores médicos independientes.

¿Cómo comenzar con Natural Cycles?

Crea una cuenta y suscríbete a Natural Cycles en www.naturalcycles.com/es y descarga la app Natural Cycles a través de iOS App Store o Google Play Store.

Elige un plan de suscripción

Plan de suscripción	Incluye termómetro basal (con envío gratis)
Anual	Sí
Mensual	No*

*No incluye termómetro. Para usar Natural Cycles, necesitas un termómetro basal que muestre tu temperatura con dos decimales. Puedes conseguir uno en nuestra tienda web o en una farmacia local.

Antes de comenzar a usar Natural Cycles, lee el Manual de la Usuaria: www.naturalcycles.com/ifu

¿Qué opinan nuestras usuarias?

"Natural Cycles me permite estar más en sintonía con mi cuerpo, ¡nunca había estado tan conectada con mi ciclo!"

— Sierra

Una app con usuarias en todo el mundo

Alto nivel de satisfacción entre las usuarias de la app (4.7 de 5*).

*De un total de 25,441 calificaciones en App Store y Google Play en 2018

Para más información:
Visita naturalcycles.com/es
Síguenos en las redes sociales
@NaturalCycles

Natural Cycles

Natural Cycles es una app inteligente que ofrece un método anticonceptivo libre de hormonas, que aprende sobre tu ciclo y te dice cuándo puedes quedar embarazada y cuándo no.

Ningún método anticonceptivo es 100 % efectivo. Natural Cycles no garantiza que no puedas quedar embarazada, sino que simplemente te informa si puedes quedar embarazada y cuándo, en función de los datos que ingresas en la app.