

Píldora

- Se inicia la toma el primer día de la regla
- Se toma a diario
- En cualquier momento del día pero siempre a la misma hora
- Se descansa 7 días o ninguno en los envases de 28 píldoras
- El sangrado menstrual ocurre durante el descanso o con comprimidos placebo
- El inicio del nuevo envase será al 8º día o sin descanso
- Las presentaciones pueden contener 21 ó 28 comprimidos

¿Qué hacer en caso de ...?

Olvido de 1 píldora activa	Tomarla en el momento y continuar el envase
Inicio nuevo envase 2 o más días tarde	Empezar, continuar normalmente y usar preservativo 7 días. Consultar si coito desprotegido
Olvido 2 o más píldoras activas	Continuar toma habitual y usar preservativo 7 días. <ul style="list-style-type: none"> • Si olvidos en 1ª semana + coito desprotegido: consultar • Si olvidos en 3ª semana: iniciar nuevo envase sin descanso
Olvido de píldora/s inactiva/s (días 22-28)	Continuar toma habitual
Vómitos en las 2 horas tras la toma	Tomar otra píldora de un envase nuevo
Vómitos severos de más de 24 horas	Suspenderla hasta que ceda, utilizar preservativo y consultar
Diarrea severa de más de 24 horas	Suspenderla hasta que ceda, utilizar preservativo y consultar
Cirugía programada de alto riesgo de trombosis	Suspenderla 6 semanas antes hasta 2 semanas después
Posponer menstruación	No descansar e iniciar nuevo envase
Sangrado < 1 compresa/día entre dos reglas	Si persiste tras 3 ciclos, consultar para cambio de píldora
Sangrado > 1 compresa/día entre dos reglas	Si persiste tras 3 ciclos, consultar
Ausencia de regla durante el descanso	En 1 ocasión: hacer una prueba de embarazo y continuar toma Persistente: hacer una prueba de embarazo y estudio complementario
Toma de medicamentos	Consultar al médico

Minipíldora

- Se inicia el primer día de la regla
- Se toma en cualquier momento del día, pero siempre a la misma hora
- La pauta es diaria, sin descansos
- El patrón de sangrado menstrual puede hacerse irregular
- La presentación es única: envase de 28 comprimidos

¿Qué hacer en caso de ...?

Olvido > 12 horas	Tomarla y usar preservativo 7 días. Consultar si coito desprotegido
Vómito < 2 horas	Tomar otra píldora
Vómitos severos de más de 12 horas	Suspender hasta que cese y usar otro método
Diarrea severa de más de 12 horas	Suspender hasta que cese y usar otro método
Toma de medicamentos	Consultar al médico



- Píldora con dos hormonas



- Minipíldora con una hormona

Parche

- Se coloca el primer día de la regla, en cualquier momento del día
- Con pauta semanal, durante 3 semanas
- Se retira 7 días
- El sangrado menstrual aparece en el periodo de descanso
- Se comenzará un nuevo envase al 8º día, siempre el mismo día de la semana

¿Qué hacer en caso de ...?

Se despegas ≤ 24 horas	Se pega este o se cambia por otro
Se despegas durante más de 24 horas	Se pone uno nuevo y usar preservativo 7 días. Consultar si coito desprotegido
Se retrasa el cambio ≤ 48 horas	Colocar uno nuevo
Se retrasa el cambio > 48 horas	Colocar uno nuevo y usar preservativo 7 días. Consultar si coito desprotegido
Retraso en el inicio del ciclo	Colocar uno nuevo y usar preservativo 7 días. Consultar si coito desprotegido
Retraso en retirar el último parche	Quitarlo y respetar el día de inicio del ciclo siguiente
Toma de medicamentos	Consultar al médico



- Parche cutáneo

Anillo Vaginal

- Se coloca el primer día de la regla, en cualquier momento del día
- Con pauta semanal, durante 3 semanas
- Se retira 7 días
- El sangrado menstrual aparece en el periodo de descanso
- Se comenzará un nuevo envase al 8º día, siempre el mismo día de la semana

¿Qué hacer en caso de ...?

Retraso de inicio del ciclo	Poner anillo y usar preservativo 7 días. Consultar si coito desprotegido
Más de 3 horas sin anillo	Poner anillo nuevo y usar preservativo 7 días. Consultar si coito desprotegido
Retraso > 2 días en retirarlo	Retirarlo y respetar el día de inicio del ciclo siguiente
Toma de medicamentos	Consultar al médico

Implante

- Se coloca por especialista entre 1º-5º día de la regla
- Con pauta cada 3 ó 5 años, sin descanso
- El sangrado menstrual puede hacerse irregular
- Se recambiará por profesional entrenado al finalizar periodo de uso

¿Qué hacer en caso de ...?

Toma de medicamentos	Si interacción, usar preservativo hasta 7 días tras tratamiento. Consultar si coito desprotegido
Cambio a otro método hormonal	El día de la extracción



- Anillo Vaginal

- Implante Subcutáneo

Estos métodos anticonceptivos contienen hormonas similares a las naturales producidas por los ovarios en la mujer y actúan suprimiendo la ovulación.

Todos son muy eficaces si se usan correctamente.

Cuando es necesario el cambio de un método anticonceptivo hormonal a otro, éste debe iniciarse con un nuevo ciclo o en cualquier momento si hay cumplimiento correcto del método actual.

Si tienes dudas porque en alguna de estas situaciones practicas un coito desprotegido, debes consultar en tu Centro de Salud.



Anticoncepción de emergencia

Tras un coito sin usar contracepción o con fallo del anticonceptivo usado, hay métodos de emergencia para evitar un embarazo no deseado.

Es importante consultar cuanto antes, porque la eficacia de estos métodos disminuye a partir de 24 horas tras el coito desprotegido.

Infecciones de transmisión sexual

Durante las relaciones sexuales orales, vaginales o anales hay riesgo de infecciones de transmisión sexual (SIDA, hepatitis, herpes, verrugas genitales, vaginitis y uretritis) que afectan gravemente a la salud.

El preservativo masculino o el femenino protegen para disfrutar de una sexualidad sin riesgos.

Recursos de Información sobre: Anticoncepción, sexualidad e ITS

Información Sexual

901 51 51 51 - 902 10 33 01
informacionsexual@juventudcanaria.com

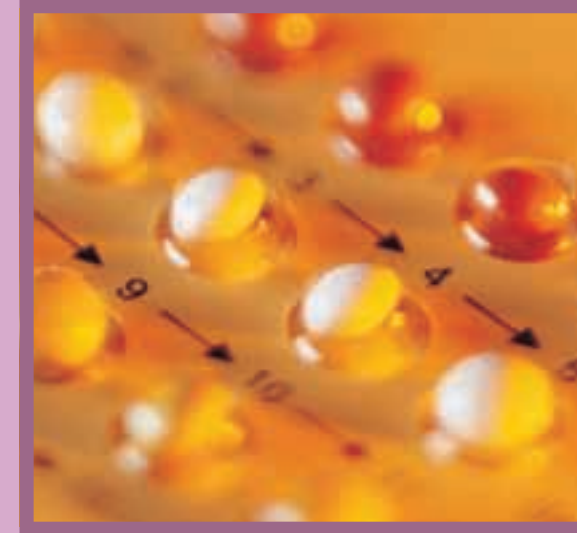
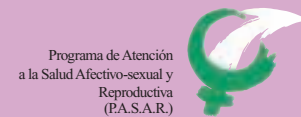
Información ITS/SIDA

902 11 44 44
www.gobiernodecanarias.org/sanidad/scs/sida.htm

Centros de Atención Primaria del SCS

Centros de Orientación Familiar

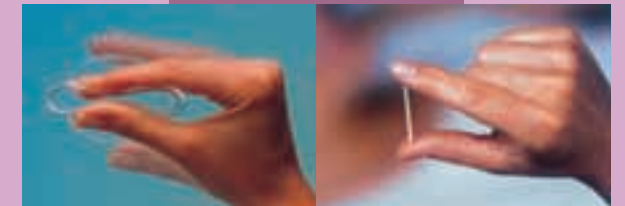
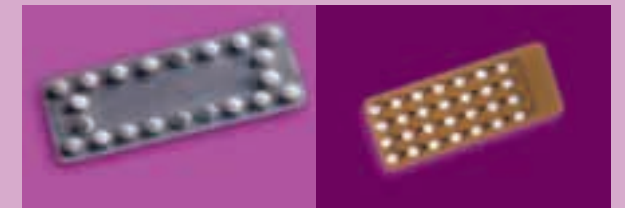
Unidades de Atención a la Sexualidad de los Cabildos
y Consulta o Espacio Joven



Métodos Anticonceptivos Hormonales:

Conocerlos permite elegir y adaptar a la forma de vida

- 1 No es aconsejable tomarlos sin control. Deben ser indicados tras una detallada historia clínica.
- 2 Debes conocer las normas de uso, efectos secundarios y posibles complicaciones.
- 3 No están justificados los periodos de descanso salvo que quieras un embarazo o aparezcan contraindicaciones.
- 4 Es preciso realizar un seguimiento adecuado.
- 5 No protegen frente a las Infecciones de Transmisión Sexual.
- 6 La asociación con el tabaco entraña graves riesgos para la salud. La píldora está contraindicada en las mujeres fumadoras mayores de 35 años.



(11/2005)