

# Hoja Informativa Sobre la Píldora Anticonceptiva

## QUE HAY ADENTRO:

- ❖ ¿**Qué es** la píldora anticonceptiva?
- ❖ ¿Cómo se **usa**?
- ❖ ¿Cómo se **consigue**?
- ❖ ¿Qué tan **efectiva** es?
- ❖ **Desventajas** de la píldora

## FUENTES:

Office on Women's Health (*Oficina sobre la Salud de la Mujer*)

- ❖ [Girlshealth.gov: Types of Birth Control \(en inglés\)](#)
- ❖ [Birth Control Methods: Frequently Asked Questions \(en inglés\)](#)

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

- ❖ [Unintended Pregnancy Prevention: Contraception \(en inglés\)](#)

Food and Drug Administration (*Administración de Alimentos y Medicamentos*)

- ❖ [Birth Control Guide \(en inglés\)](#)



## ¿Qué es la píldora anticonceptiva?

La píldora anticonceptiva, también conocida como la píldora precoital o solamente “la pastilla”, es un medicamento que se toma diariamente para prevenir el embarazo. Algunas mujeres toman la píldora por otros motivos diferentes a los de la prevención del embarazo.

Las **píldoras combinadas** contienen dos hormonas, estrógeno y progesterona. Las hormonas son químicos que controlan el funcionamiento de varias partes de su cuerpo. Estas pastillas tomadas se toman todos los días y previenen el embarazo evitando que los ovarios suelten óvulos. La píldora también causa que el moco cervical se vuelva más espeso lo cual bloquea el espermatozoide del ovulo y evita su fertilización.

Las **píldoras de solo progesterona** (o mini píldoras) contiene una sola hormona, la progesterona. Estas píldoras funcionan causando que el moco cervical se vuelva más espeso lo que previene que el espermatozoide llegue al ovulo. De manera menos frecuente, la mini píldora, previene el embarazo evitando que los ovarios suelten óvulos.



## ¿Cómo se usa?

Las píldoras combinadas usualmente vienen en paquetes de 21 píldoras “activas” que contienen hormonas. Una píldora se toma al día por tres semanas y luego se descansa por una semana. Otras vienen en paquetes de 28 píldoras que incluyen 21 píldoras “activas” que se toman diariamente seguidas por una semana de píldoras “inactivas” que no contienen hormonas. Con las píldoras de 21 o 28 días, la protección contra el embarazo continúa durante la semana en la que se toman las píldoras inactivas.

Algunas mujeres usan las píldoras combinadas para limitar el número de periodos menstruales que tienen o para prevenirlos.

- Ciclos extendidos* requiere tomarse 12 semanas de píldoras activas, seguida de una semana de píldoras inactivas. Las mujeres en los ciclos extendidos solo tienen tres o cuatro periodos menstruales al año.
- Continuas* requiere el uso de píldoras activas diariamente para no tener periodos menstruales.

Las mini píldoras vienen en paquetes de 28 píldoras “activas”. Es importante no solamente tomarse la mini píldora todos los días sino también tomarse a la misma hora todos los días. Si se retrasa en tomarse la mini píldora por más de tres horas, debe usar otro tipo de control anticonceptivo (como un condón o esponja) para prevenir el embarazo y continuar tomándose la mini píldora.



Con ambos tipos de píldora, es importante tomárselas exactamente como indique su médico (incluso en los días en los que no tiene relaciones sexuales).

### ¿Cómo se consigue?

Necesita una prescripción médica. Las píldoras anticonceptivas se pueden comprar en clínicas y farmacias. Para encontrar una clínica de planeación familiar cerca a usted visite

<http://www.opaclearinghouse.org/search/>.



### ¿Qué tan efectiva es?

De 100 mujeres que usan este método cada año, alrededor 5 tienen probabilidades de quedarse embarazadas. El riesgo de embarazo es mucho menor para las mujeres que se toman la píldora correctamente (todos los días a la misma hora). La píldora es menos efectiva en las mujeres con sobre peso. Hable con su proveedor de cuidado de salud si tiene preguntas sobre las píldoras anticonceptivas.

### Ventajas de la píldora

- ❖ La píldora es fácil de usar.
- ❖ Las píldoras son seguras y funcionan bien en la prevención del embarazo. Usar la píldora significa que no tiene que pensar sobre otros métodos anticonceptivos cuando está teniendo relaciones sexuales.

Las píldoras combinadas pueden ofrecer otros beneficios que incluyen menos cólicos menstruales, control del acné y huesos más fuertes. También pueden reducir el riesgo de algunos cánceres que afectan los órganos reproductivos.



### Desventajas de la píldora

- ❖ La píldora no protege contra infecciones de transmisión sexual (ETS).
- ❖ Necesita visitar una clínica para obtener una prescripción médica.
- ❖ Debe tomarse la píldora todos los días.
- ❖ Algunos antibióticos y suplementos pueden reducir la eficacia de la píldora.
- ❖ Si deja de tomarse la píldora, puede tomar entre un mes o dos para que sus periodos se normalicen.
- ❖ Las píldoras combinadas pueden causar mareo, náusea, cambios en el temperamento y subida de peso (estos efectos secundarios desaparecen en un par de semanas o meses). Discuta su historial médico con su proveedor de cuidado de salud antes de utilizar cualquier píldora anticonceptiva, y déjeles saber si desarrolla efectos secundarios.
- ❖ Raramente, el uso de la píldora combinada aumenta el riesgo de coágulos de sangre, ataques cardíacos y derrames cerebrales.

