

# Lo que debe saber sobre la Píldora Anticonceptiva

La Píldora Anticonceptiva es una pastilla que las mujeres toman todos los días para evitar los embarazos.

Esta píldora contiene dos tipos de hormonas similares a las que produce el cuerpo de una mujer. Estas hormonas evitan la ovulación en las mujeres. Hay muchos tipos de píldoras anticonceptivas que contienen distintas cantidades de esas hormonas.



Hay muchos tipos distintos de píldoras anticonceptivas.

## ¿Cómo funciona la Píldora?

La mujer debe tomar una píldora todos los días a la misma hora. Las píldoras que toma las primeras tres semanas contienen hormonas. La cantidad de estas hormonas que permanece en el cuerpo de la mujer es suficiente para evitar que quede embarazada. En algunos tipos de píldoras, las que se toman al final del paquete no contienen hormonas. En otros tipos, todas las píldoras contienen hormonas.

## ¿Qué tan bien funciona?

La píldora funciona muy bien para evitar que las mujeres queden embarazadas. De 100 mujeres que usan la píldora durante un año, solo nueve de ellas quedan embarazadas.

## ¿Cómo consigo la Píldora?

Un proveedor de Family PACT le ayudará a conseguirla. Cuénteles a su proveedor si usted:

- ◆ Padece algún problema de la salud.
- ◆ Está tomando algún medicamento.

Su proveedor podrá ayudarle a decidir si la píldora es el método anticonceptivo adecuado para usted. Hay muchos tipos de píldoras anticonceptivas. Si una de ellas no le funciona, tal vez otra lo hará.

## ¿Por qué a las mujeres les gusta usar la Píldora?

- ◆ Se puede tener sexo cualquier día.
- ◆ Les puede ayudar a las mujeres a saber cuándo les vendrá la menstruación.
- ◆ Puede reducir los dolores y el sangrado intenso que algunas mujeres padecen durante la menstruación.
- ◆ También puede reducir la aparición de acné y de quistes en los senos.



La mujer toma una píldora todos los días.

## ¿Qué es lo que a algunas mujeres no les gusta de la Píldora?

- ◆ Hay que recordar tomarla a la misma hora todos los días.
- ◆ Algunas mujeres pueden presentar efectos secundarios.

## La Píldora tal vez no sea segura para algunas mujeres.

Cuéntele a su proveedor de FPACT sobre los medicamentos que esté tomando o sobre sus problemas de salud. Por ejemplo, cuénteles si usted:

- ◆ Sufre de migrañas.
- ◆ Tiene más de 35 años y fuma.
- ◆ Ha sufrido coágulos sanguíneos, enfermedad cardíaca o un derrame cerebral.
- ◆ Está recibiendo tratamiento para la presión alta o la diabetes.
- ◆ Ha sufrido cáncer de seno o enfermedad del hígado.

## ¿Cómo se usa la Píldora?

Comience a usar las píldoras el día que se lo indique su proveedor de Family PACT. Su proveedor tal vez le diga que tome su primera píldora el mismo día de la consulta.

- ◆ Tome una píldora todos los días hasta que se acabe el paquete.
- ◆ Tome sus píldoras a la misma hora cada día.

Encuentre la manera de recordar que debe tomar la píldora todos los días. Por ejemplo, podría tomarse la píldora después de cepillarse los dientes cada mañana.

Use otro método anticonceptivo (como condones) cuando tenga relaciones sexuales durante los primeros siete días después de haber empezado a tomar la píldora. Esto le ayudará a protegerse mientras se acostumbra a tomar la píldora.

Tal vez usted no quiera tener la menstruación todos los meses. Si así fuera, usted tiene la opción de no tomarse las píldoras sin hormonas de la última semana del paquete. Es decir, cuando termine de tomarse las píldoras de la tercera semana, sátese la cuarta semana y comience de una vez con un paquete nuevo. También podría utilizar píldoras empacadas específicamente con este fin. Consúltelo con su proveedor para informarse mejor sobre esta opción.

## ¿Cuáles son los efectos secundarios?

La píldora puede producir algunos de los siguientes efectos secundarios:

- ◆ Manchado y sangrado entre cada menstruación.
- ◆ Náusea.
- ◆ Sensibilidad en los senos.
- ◆ Cambios de humor.
- ◆ Cambios en el deseo sexual.

## Preste atención a las siguientes señales de advertencia.

Llame a su proveedor inmediatamente si usted presenta:

- ◆ Dolores de cabeza repentinos.
- ◆ Problemas de visión (visión borrosa).
- ◆ Dolor agudo y repentino en la pierna, el pecho o el abdomen.

## ¿Qué hago si no me tomo alguna de las píldoras?

### Se le pasó la hora de tomar la píldora o no la tomó del todo (hasta 48 horas):

- ◆ Si se pasó de la hora o no tomó la píldora del todo, tómela lo antes posible.
- ◆ Siga tomando la píldora todos los días a una hora regular.
- ◆ No es necesario que utilice otro método anticonceptivo como protección adicional.
- ◆ Si no se tomó otras píldoras del mismo paquete o si no se tomó algunas de las píldoras de la última semana del paquete anterior, tal vez deba pensar en tomarse un anticonceptivo de emergencia (EC, por sus siglas en inglés).

### No se tomó dos o más píldoras:

- ◆ Tómese solamente una píldora tan pronto como pueda y tire a la basura las que no se tomó antes.
- ◆ Siga tomando la píldora todos los días a una hora regular.
- ◆ Utilice otro método anticonceptivo para protegerse (como condones) hasta que hayan pasado siete días desde que empezó a tomarse de nuevo las píldoras con hormonas.
- ◆ Si no se tomó alguna de las píldoras de la tercera semana del paquete, termine de tomar las píldoras con hormonas de esa semana y luego comience a tomar las píldoras con hormonas del siguiente paquete. Es decir, cuando llegue a las píldoras sin hormonas de la última semana, sáteselas del todo y comience a tomar las del nuevo paquete.
- ◆ Considere tomar un anticonceptivo de emergencia si:
  - Usted no se tomó dos o más píldoras durante la primera semana del paquete **Y** tuvo relaciones sexuales sin protección alguna vez en los cinco días anteriores. **No** tome anticonceptivos de emergencia del tipo UPA (Ella) y píldoras anticonceptivas al mismo tiempo.

La Píldora Anticonceptiva no la protege del VIH (el virus que causa el SIDA) ni de otras infecciones que se transmiten al tener relaciones sexuales.

Utilice condones (hombres y mujeres) junto con la Píldora para protegerse de esas infecciones.