



## TODO SOBRE AL PASTILLA ANTICONCEPTIVA



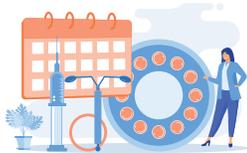
### ¿Todo sobre la pastilla anticonceptiva?

La pastilla anticonceptiva es una pequeña pastilla que se toma diario para prevenir quedar embarazada. La pastilla tiene dos tipos de hormonas, estrógeno y progestina, similares a las que se producen en el cuerpo de una persona. Hay muchos tipos de pastilla anticonceptivas con diferentes cantidades de hormonas en ellas.



### ¿Cómo funciona la pastilla anticonceptiva?

Una persona toma la pastilla todos los días a la misma hora. Las pastilla que se toman durante las primeras 3 semanas contienen hormonas. Estas hormonas se mantienen en el nivel necesario para prevenir el embarazo. Impiden que los óvulos salgan de los ovarios. Las hormonas también espesan la mucosidad en el cuello uterino. Este moco cervical más espeso bloquea los espermatozoides para que no puedan nadar hasta el óvulo y provocar un embarazo.



**93%**  
EFECTIVO

### ¿Qué tan bien funciona la pastilla anticonceptiva?

La pastillas es muy eficaz para prevenir el embarazo. Sólo alrededor de 7 de cada 100 mujeres sexualmente activas que usan la pastilla quedan embarazadas durante el primer año de uso típico.

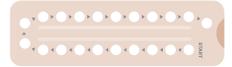
OF2578 SPA | Todo sobre al pastilla anticonceptiva



### ¿Cuántos tipos de pastillas hay?

#### Pastilla Monophasic de 21 días

- » Este es el tipo más común. Cada pastilla contiene la misma cantidad de hormona. Se toma una pastilla cada día durante 21 días y luego no se toma ninguna pastilla durante los siguientes 7 días.



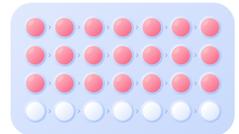
#### Pastilla Phasic de 21 días

- » Las pastillas Phasic contienen dos o tres secciones de pastillas de diferentes colores en un paquete. Cada sección contiene una cantidad diferente de hormonas. Se toma una pastilla cada día durante 21 días y luego no se toma ninguna pastilla durante los 7 días siguientes. Las pastillas Phasic deben tomarse en el orden correcto.



#### Pastillas para todos los días

- » Hay 21 pastillas activas y 7 pastillas inactivas (sin hormonas) en un paquete. Los dos tipos de pastillas son diferentes. Se toma una pastilla por día durante 28 días, sin interrupciones entre paquetes de pastillas. Las pastillas diarias deben tomarse en el orden correcto.



Siga las instrucciones del paquete. Si tiene alguna pregunta, consulte a un médico, enfermero o farmacéutico. Es importante tomar las pastillas según las indicaciones porque olvidarlas, tomarlas a diferentes horas cada día o

al mismo tiempo que otros medicamentos puede hacer que sean menos efectivas.



## ¿Cómo puedo conseguir la pastilla anticonceptiva?

Un proveedor de Family PACT puede ayudarle. Informe a su proveedor sobre:

- » Cualquier problema de salud que pueda tener.
- » Cualquier medicamento que pueda estar tomando.

Su proveedor puede ayudarle a decidir si la pastilla es adecuada para usted. Hay muchos tipos de pastillas. Si una no es adecuada para usted, otra podría serlo.



## ¿Cómo uso la pastilla anticonceptiva?

Su proveedor de Family PACT le informará la fecha en la que puede comenzar a tomar sus pastillas. Es posible que su proveedor le indique que tome la primera pastilla el mismo día de su visita.

- » Tome una pastilla cada día hasta terminar el paquete.
- » Tome sus pastillas a la misma hora todos los días.



Configure una alarma en su calendario o teléfono para recordarle que debe tomar sus pastillas todos los días. Por ejemplo, puede tomar su pastilla antes de irse a dormir por la noche o después de cepillarse los dientes por la mañana.

Es posible que no le llegue el período todos los meses. Puede optar por saltarse la semana de las pastillas inactivas (sin hormonas). Al terminar la tercera semana de pastillas, puede comenzar un nuevo paquete o puede usar las pastillas envasadas para hacerlo.

Dependiendo de en qué momento del ciclo menstrual se encuentre cuando comience a tomar la pastilla, es posible que no haga efecto de inmediato. Debe usar un método de respaldo (como condones) si tiene relaciones sexuales durante los primeros días hasta que la pastilla haga efecto.

OF2578 SPA | Todo sobre la pastilla anticonceptiva

- » Si comienza a tomar la pastilla dentro de los primeros 5 días desde que comenzó su período, no será necesario usar ningún método de respaldo (como condones).
- » Si comienza a tomar la pastilla más de 5 días después de que comenzó su período, deberá abstenerse de tener relaciones sexuales o usar un método de respaldo (como condones) durante los siguientes 7 días.

Hable con su proveedor de Family PACT para obtener más información.



## ¿Qué es lo que le gusta a la gente de la pastilla anticonceptiva?

- » No interrumpe ni interfiere en las relaciones sexuales.
- » Puede ayudar a una persona a predecir cuándo comenzará el período.
- » Puede disminuir los calambres y el sangrado abundante que algunas personas tienen durante sus períodos menstruales.
- » También puede ayudar a reducir el acné y prevenir los quistes mamarios.



## ¿Qué es lo que a la gente no le gusta de la pastilla anticonceptiva?

- » Debe recordar tomarla a la misma hora todos los días.
- » Corre el riesgo de quedar embarazada si olvida tomar sus pastillas o no las toma en el horario habitual.
- » Algunas personas pueden tener problemas con los efectos secundarios.
- » Necesita una receta de un proveedor. Sin embargo, la Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos (FDA) aprobó la primera pastilla anticonceptiva de venta libre, disponible sin receta médica. Se llama Opill®, una pastilla hormonal que contiene solo progestina, que es segura para muchas personas o para aquellas a quienes se les recomienda no tomar pastillas combinadas de estrógeno y progestina.



## ¿Cuáles son los efectos secundarios de la pastilla anticonceptiva?

Después de comenzar a tomar la pastilla, algunas personas pueden tener:

- » Manchado o sangrado entre períodos
- » Náuseas
- » Aumento de peso
- » Sensibilidad en los senos
- » Cambios en el estado de ánimo
- » Cambios en el deseo sexual
- » Cambios en los períodos menstruales (antes, después o después de la menstruación)



Estos efectos secundarios suelen desaparecer en 2 o 3 meses una vez que el cuerpo se adapta a la pastilla.



## ¿Cuáles son las señales de advertencia de la pastilla anticonceptiva?

Llame a su proveedor de inmediato si experimenta:

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



## ¿Quién no es un buen candidato para la píldora anticonceptiva?

Es posible que la pastilla no sea segura para algunas personas. Hable con su proveedor de Family PACT sobre los medicamentos que toma o los problemas de salud que pueda tener, como:

- » Dolores de cabeza por migraña
- » Tener más de 35 años y fumar
- » Tener antecedentes de coágulos sanguíneos, enfermedades cardíacas o accidentes cerebrovasculares
- » Estar recibiendo tratamiento para la presión arterial alta o diabetes

- » Tener antecedentes de cáncer de mama o enfermedad hepática



## ¿Qué hago si me olvido de tomar alguna pastilla anticonceptiva?

### Una pastilla olvidada o retrasada (hasta 48 horas):

- » Tome la pastilla olvidada o retrasada lo antes posible.
- » Siga tomando una pastilla todos los días a la hora habitual.
- » No es necesario utilizar un método de respaldo (como condones).
- » Es posible que desee utilizar un método anticonceptivo de emergencia (AE) si olvidó tomar pastillas anteriormente en el mismo paquete, o si olvidó tomar pastillas durante la última semana del paquete anterior.

### Dos o más pastillas olvidadas:

- » Tome solo una pastilla tan pronto como pueda. Tire las demás pastillas olvidadas.
- » Siga tomando una pastilla todos los días a la hora habitual.
- » Use un método de respaldo (como condones) hasta que haya tomado las pastillas hormonales durante 7 días continuos.
- » Si olvidó tomar alguna pastilla durante la tercera semana del paquete, termine las pastillas hormonales y luego pase directamente a las pastillas hormonales de la semana siguiente. En otras palabras, cuando llegue a las pastillas inactivas (sin hormonas), sáltelas por completo y comience el siguiente paquete.

### Quizás quiera usar la pastilla de emergencia si:

- » Olvidó tomar dos o más pastillas durante la primera semana del paquete y tuvo relaciones sexuales sin protección durante los 5 días anteriores.
- » No use ulipristal acetate (UPA) o las pastillas Ella® AE y las pastillas anticonceptivas al mismo tiempo.

**La pastilla anticonceptiva no protege contra el VIH ni otras infecciones de transmisión sexual (ITS). Use condones cuando tenga relaciones sexuales para protegerse.**