



## TODO SOBRE EL PARCHE ANTICONCEPTIVO



### ¿Qué es el parche anticonceptivo?

El parche anticonceptivo es un pequeño parche que una persona se coloca sobre la piel una vez por semana para prevenir el embarazo. El parche contiene dos tipos de hormonas, estrógeno y progestina, similar a las que se producen en el cuerpo de una persona.



### ¿Cómo funciona el parche anticonceptivo?

Cada parche anticonceptivo dura 7 días. Contiene hormonas que se absorben a través de la piel y pasan al torrente sanguíneo. Estas hormonas impiden que los óvulos salgan de los ovarios. La progestina también espesa el moco del cuello uterino. Este moco cervical mas espeso bloquea los espermatozoides para que no puedan nadar hasta el óvulo y provocar un embarazo. Existen dos tipos de parches anticonceptivos: Twirla y Xulane.

93%  
EFECTIVO

### ¿Qué tan bien funciona el parche anticonceptivo?

El parche anticonceptivo es muy eficaz para prevenir el embarazo. Aproximadamente 7 de cada 100 mujeres sexualmente activas que usan el parche quedan embarazadas en el primer año de uso normal. El parche no funciona tan bien en personas que pesan más de 200 libras. Pida consejo a su proveedor de Family PACT.



### ¿Cómo puedo conseguir el parche anticonceptivo?

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

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

Su proveedor puede ayudarle a decidir si el parche es adecuado para usted.



### ¿Qué es lo que le gusta a la gente del parche anticonceptivo?

- » No interrumpe ni interfiere en las relaciones sexuales.
- » Es fácil de usar.
- » Permanece en su lugar en la ducha, en el baño, al hacer ejercicio e incluso al nadar.
- » Es fácil comprobar si está presente.
- » No hay nada que recordar a diario.
- » 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.





## ¿Qué es lo que a la gente no le gusta del parche anticonceptivo?

- » Debe recordar cambiarlo el mismo día cada semana.
- » Corre el riesgo de quedar embarazada si olvida ponerse uno nuevo a tiempo.
- » Puede dejar un residuo pegajoso en la piel que deberá limpiar.
- » Puede ser visible en la piel.
- » Algunas personas pueden tener problemas con los efectos secundarios.
- » Debe ser prescrito por un médico.



## ¿Cómo uso el parche anticonceptivo?

Cada parche dura 7 días. Se quita el parche viejo y se pone uno nuevo en una parte diferente del cuerpo. Debe hacer esto durante 3 semanas seguidas y no usar ningún parche durante la cuarta semana. Después de 7 días sin parche, deberá comenzar nuevamente con parche nuevo. Su proveedor de Family PACT le informará la fecha en la que puede comenzar a usar el parche. Pídale a su proveedor que le muestre cómo colocarse el parche.

- » Puede colocarlo en las caderas, la parte superior de los brazos, la espalda o los hombros.
- » No lo coloque en los senos ni en las axilas.

El parche funciona mejor si el nivel de hormonas se mantiene constante en el cuerpo. Dependiendo de en qué momento del ciclo menstrual se encuentre cuando comience a usar el parche, es posible que no empiece a hacer efecto de inmediato. Es posible que necesite un método de respaldo (como condones) si tiene relaciones sexuales durante los primeros días hasta que comience a hacer efecto.

- » Si empieza a usar el parche dentro de los 5 días después de que comenzó su período, no necesitará ningún método de respaldo (como condones).
- » Si comienza a usar el parche más de 5 días después del inicio de su período, deberá abstenerse de tener relaciones sexuales o usar un método de respaldo (como condones) durante los siguientes 7 días.

### Semana 1

- » Limpie cualquier resto de aceite, loción o maquillaje de una zona de piel limpia y seca.
- » Coloque el parche con cuidado y presione firmemente durante 10 segundos para asegurarse de que esté bien pegado.
- » Revise su parche todos los días para asegurarse de que todavía esté pegado.
- » Recuerde cambiar su parche una vez por semana a la misma hora. Puede configurar un recordatorio en su teléfono para ayudarlo a recordar cuándo debe cambiarlo.

### Semana 2 y Semana 3

- » Después de 7 días, quítese el parche. Dóblelo por la mitad y tírelo a la basura, lejos del alcance de los niños y las mascotas.
- » Colóquese un nuevo parche en una parte diferente del cuerpo.
- » Cámbielo el mismo día de la semana cada semana.

### Semana 4

- » Quítese el parche. No se ponga un parche nuevo. Espere 7 días. Durante esta semana le llegará el período menstrual.
- » Luego, comience nuevamente con un parche nuevo.



## ¿Cuáles son los efectos secundarios del parche anticonceptivo?

Algunos efectos secundarios del parche son:

- » Erupción o enrojecimiento de la piel en el lugar donde se colocó el parche.
- » Náuseas
- » Sensibilidad en los senos
- » Cambios en los períodos menstruales, o manchado y sangrado entre períodos
- » Dolores de cabeza
- » Cambios en el deseo sexual

Si alguno de estos efectos secundarios le molesta, hable con su médico. Una complicación poco frecuente pero grave son los coágulos de sangre en las piernas, que pueden trasladarse a los pulmones.



## ¿Cuáles son las señales de advertencia del parche anticonceptivo?

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 el parche anticonceptivo?

El parche puede no ser seguro 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 tipo migraña
- » » Tener más de 35 años y fumar
- » » Tener antecedentes de coágulos de sangre, enfermedades del corazón o accidentes cerebrovasculares
- » » Estar en tratamiento por presión arterial alta o diabetes
- » » Tener antecedentes de cáncer de mama o enfermedades hepáticas



## ¿Qué pasa si me olvido de cambiar mi parche anticonceptivo o si el parche se afloja y se cae?

Aunque el parche es fácil de usar, es posible que se olvide de cambiarlo a tiempo. En raras ocasiones, el parche puede aflojarse o caerse. Pero no se preocupe - aún puede prevenir el embarazo. Dependiendo de lo que haya sucedido y en qué etapa del ciclo del parche se encuentre, es posible que deba comenzar un nuevo ciclo del parche o usar un método de respaldo (como condones) y anticonceptivo de emergencia (AE). Haga lo siguiente si:

### Olvido el parche o se le cayó (menos de 24 horas):

- » Vuelva a colocarlo en el mismo lugar inmediatamente.
- » La fecha de cambio de parche y el ciclo de parches siguen siendo los mismos.
- » No se necesita ningún método de respaldo.

### Ovido el parche o se le cayó (más de 24 a 48 horas):

- » Colóquese un parche nuevo inmediatamente.
- » Esta es ahora la nueva fecha de cambio de parche.
- » Utilice el método de respaldo durante 7 días.
- » Utilice anticonceptivo de emergencia (AE) si tuvo relaciones sexuales sin protección.

### Olvidó ponerse un parche nuevo después de una semana sin parche (más de 7 días sin parche):

- » Colóquese un parche nuevo inmediatamente.
- » Esta es ahora la nueva fecha de cambio de parche y la semana 1 del nuevo ciclo de parche.
- » Utilice un método de respaldo durante 7 días.
- » Utilice anticonceptivo de emergencia (AE) si tuvo relaciones sexuales sin protección.

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