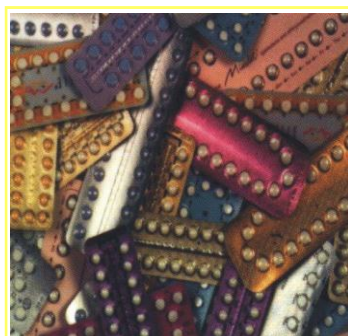


## ANTICONCEPCIÓN HORMONAL DE PROGESTÁGENO SÓLO “MINIPÍLDORA”



### NORMAS DE USO

- Comienza con la primera píldora el primer día de la regla
- Toma una todos los días.
- Conviene que la tomes siempre en el mismo momento del día.
- Cuando termines un envase empieza otro de forma ininterrumpida, no hay descanso.
- Si comienzas correctamente es eficaz desde la 1ª píldora.

### ¿QUÉ HACER SI..?.

SITUACIONES	RIESGO DE FALLO	ACTUACIÓN
Retrasas la toma de la minipíldora menos de 12 horas	No	Tómala antes de las 12 horas y continúa con las siguientes como siempre.
Retrasas la toma de la minipíldora más de 12 horas	Si	Toma la píldora en cuanto lo recuerdes continúa con las siguientes como siempre y usa preservativo 2 días.
Vomitas antes de haber pasado 3 h. desde la toma.	Si	Toma otra píldora en cuanto ceda el malestar
Tienes vómitos y/o diarreas severas más de 12 horas	Si	Suspende la píldora hasta que ceda el proceso. Usa preservativo hasta reiniciar la toma de la píldora. Comienzas como si fuese la primera vez.
Toma de medicamentos: - Antiepilépticos. - Rifampicina. - Hierba de San Juan. - Anti-retrovirales.	Si	Informa al médic@, porque pueden disminuir la eficacia anticonceptiva de la píldora.
Toma de medicamentos: Antibióticos, Analgésicos, Antiinflamatorios, Antidepresivos, etc	No	Continúa con las píldoras como de costumbre

## **ANTICONCEPCIÓN HORMONAL DE PROGESTÁGENO SÓLO “MINIPÍLDORA”**

Es un método reversible, seguro para la salud y muy eficaz. Su eficacia es del 92 a 99,7%.

Contiene una sola hormona que es similar a la que se produce en los ovarios: la progesterona.

Su mecanismo de acción es suprimir la ovulación y espesar el moco cervical.

Hay diferentes preparados y cada uno contiene un tipo de gestágeno.

Existen distintas vías de administración: oral (“la minipíldora”), subdérmica (el implante), intramuscular (la inyección) e intrauterina (el DIU).

Todos los preparados están financiados por la Seguridad Social.

Se administra la hormona de forma continua provocando la mayoría de las veces un cambio del patrón de sangrado menstrual.

El cambio del patrón de sangrado es una característica de este método:

- Ausencia de regla
- Reglas más espaciadas
- Sangrados escasos y/o prolongados
- Sangrados impredecibles

Estos cambios pueden producirse cada mes o sin ritmo establecido y son diferentes de una mujer a otra.

Suelen ser más frecuentes en los primeros meses y tienden a estabilizarse. No hay riesgo para la salud únicamente pueden resultar incómodos.

La anticoncepción hormonal de progestágeno sólo puede provocar efectos secundarios que son comunes a todas las vías de administración. Suelen ser leves y ocurren durante los tres primeros meses, lo habitual es que desaparezcan espontáneamente en ese tiempo.

Los efectos secundarios más frecuentes son:

- Dolor de cabeza: tienes que consultar si no cede pasados los tres primeros meses, si aumenta de frecuencia y/o intensidad y/o se acompaña de náuseas, vómitos, pérdida de visión.
- Dolor en las mamas: Habitualmente mejora con el paso del tiempo. Si persiste o te resulta incómodo puedes consultar.
- Alteración del carácter: A veces se debe no tanto al método como a otros factores, estrés, carga de trabajo etc. Si persiste debes consultar.
- Acné: suele ser leve, si aumenta de intensidad debes consultar.
- Efectos secundarios propios de cada vía:
  - Náuseas y/o vómitos: ocurren con la administración oral. Pueden mejorar si tomas la píldora antes de irte a dormir o con las comidas.
  - Aumento de peso: ocurre con el inyectable trimestral. Cuida tu dieta y haz ejercicio.

Recuerda este método no protege de las Infecciones de Transmisión Sexual. Debes usar preservativo si crees que en tus relaciones puede existir riesgo de contagio.

Si no lo has utilizado correctamente solicita la anticoncepción de urgencia en cualquier centro de salud, puntos de atención continuada y centros de orientación familiar.