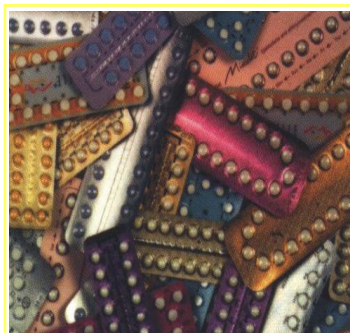


ANTICONCEPCIÓN HORMONAL DE PROXESTÁXENO SÓ VÍA ORAL “MINIPÍLULA”



NORMAS DE USO

- Comeza coa primeira pílula o primeiro día da regra.
- Toma unha todos os días.
- Convén que a tomes sempre no mesmo momento do día.
- Cando remates un envase empeza outro de forma ininterrompida, non hai descanso.
- Si se comeza axeitadamente é eficaz desde a 1ª pílula.

QUE FACER SE..?

SITUACIÓNS	RISCO DE FALLO	ACTUACIÓN
Atrasas a toma da minipílula menos de 12 horas	non	Tómaa antes das 12 horas e continua coas seguintes coma sempre.
Atrasas a toma da minipílula máis de 12 horas	si	Toma a pílula en canto o recordes, continua coas seguintes coma sempre e usa preservativo 2 días.
Vomitas antes de que pasasen 3 h dende a toma	si	Toma outra pílula en canto ceda o malestar.
Tes vómitos e/ou diarreas severas máis de 12 horas	si	Suspende a pílula ata que ceda o proceso. Usa preservativo ata reiniciar a toma da pílula. Comeza como se fose a primeira vez.
Toma de medicamentos: - Antiepilépticos. - Rifampicina. - Herba de San Xoán. - Anti-retrovirais.	si	Informa ao persoal sanitario, porque pode diminuír a eficacia anticonceptiva.
Toma de medicamentos: Antibióticos, analxésicos, antiinflamatorios, antidepressivos, etc.	non	Continúa coas pílulas como de costume.

ANTICONCEPCIÓN HORMONAL DE PROXESTÁXENO SÓ VÍA ORAL “MINIPÍLULA”

É un método reversible, seguro para a saúde e moi eficaz. A súa eficacia é do 92 ao 99,7%.

Contén unha hormona que é similar á que se produce nos ovarios: a proxesterona.

O seu mecanismo de acción é suprimir a ovulación e espesar o moco cervical.

Hai diferentes preparados e cada un contén un tipo de xestáxeno.

Existen distintas vías de administración: oral (“a minipílula”), subdérmica (o implante), intramuscular (a inxección) e intrauterina (o DIU).

Todos os preparados están financiados pola Seguridade Social.

Adminístrase a hormona de forma continua provocando a maioría das veces un cambio do patrón de sangrado menstrual.

O cambio do patrón de sangrado é unha característica deste método:

- Ausencia de regra
- Regras máis espaciadas
- Sangrados escasos e/ou prolongados
- Sangrados impredecibles

Estes cambios poden producirse cada mes ou sen ritmo establecido e son diferentes dunha muller a outra. Adoitan ser máis frecuentes nos primeiros meses e tenden a estabilizarse. Non hai risco para a saúde, unicamente poden resultar incómodos.

A anticoncepción hormonal de proxestáxeno só pode provocar efectos secundarios que son comúns a todas as vías de administración. Adoitan ser leves e ocorren durante os tres primeiros meses, o habitual é que desaparezan espontaneamente nese tempo.

Os efectos secundarios máis frecuentes son:

- Dor de cabeza: tes que consultar se non cede pasados os tres primeiros meses, se aumenta de frecuencia e/ou intensidade e/ou se acompaña de náuseas, vómitos, perda de visión.
- Dor nas mamas: habitualmente mellora co paso do tempo. Se persiste ou che resulta incómodo podes consultar.
- Alteración do carácter: ás veces débese non tanto ao método como a outros factores, estrés, carga de traballo, etc. Se persiste debes consultar.
- Acne: soe ser leve, se aumenta de intensidade debes consultar.
- Efectos secundarios propios de cada vía:
 - Náuseas e/ou vómitos: ocorren coa administración oral. Poden mellorar se tomas a pílula antes de ir durmir ou coas comidas.
 - Aumento de peso: ocorre co inxectable trimestral. Coida a túa dieta e fai exercicio.

Lembra, este método non protexe das Infeccións de Transmisión Sexual. Debes usar preservativo se cres que nas túas relacións pode existir risco de contaxio.

Se non o utilizaches correctamente solicita anticoncepción de urxencia en calquera centro de saúde, puntos de atención continuada e centros de orientación familiar.