

La píldora anticonceptiva combinada



Unidad de
Atención
a la Mujer

Contacta con la
Unidad de Atención
a la Mujer aquí:

C/ Lucio Maríneo, nº 19
C.s. Prosperidad
Salamanca

Teléfono: 923 126 596

¿Qué debo saber sobre la píldora?

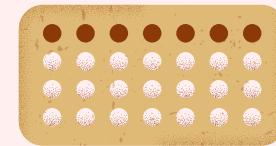
La píldora anticonceptiva es un **método de anticoncepción hormonal** que, en su formulación más común, contiene una combinación de dos hormonas: **estrógeno y progestágeno**. Su mecanismo de acción se basa en la inhibición de la ovulación, alteración de la viscosidad del moco cervical y modificación del endometrio.

Además de su función anticonceptiva, la **píldora puede ser utilizada con diversos fines terapéuticos, adaptándose a las necesidades específicas de la mujer**. Por ejemplo:

- Regulación del ciclo menstrual.
- Tratamiento de trastornos menstruales como la dismenorrea e hipermenorrea.
- Prevención de enfermedades ginecológicas como los quistes ováricos o la endometriosis, entre otros.

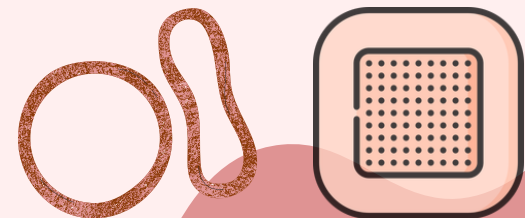
¿CÓMO SE TOMA LA PÍLDORA?

El tratamiento consiste en la administración diaria de una píldora con carga hormonal durante un periodo continuo de **21 días**, seguido de un intervalo de descanso de **7 días**, durante el cual se presenta un sangrado por privación, similar a la menstruación.



Y SI NO QUIERO TOMAR UNA PASTILLA TODOS LOS DÍAS, ¿TENGO MÁS OPCIONES?

Si, existen otros métodos que comparten la misma composición farmacológica que la píldora. Entre ellos se encuentran el **anillo vaginal y el parche transdérmico**, que se aplican respectivamente en la cavidad vaginal y sobre la piel. Al igual que la píldora, estos dispositivos deben mantenerse en su lugar durante un periodo de 21 días, seguidos de un intervalo de descanso de 7 días.



La píldora anticonceptiva sin estrógenos



Contacta con la
Unidad de Atención
a la Mujer aquí:

C/ Lucio Maríneo, nº 19
C.s. Prosperidad
Salamanca

Teléfono: 923 126 596

¿Qué debo saber sobre la píldora sin estrógenos?

La píldora anticonceptiva sin estrógenos es un **método de anticoncepción hormonal** que, en su formulación más común, contiene una sola hormona: **la progesterona**.

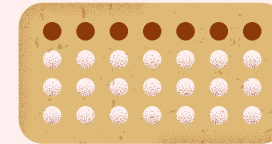
Además de su función anticonceptiva, esta **píldora puede ser utilizada con diversos fines terapéuticos, adaptándose a las necesidades específicas de la mujer** como por ejemplo, tratamiento de trastornos menstruales como la dismenorrea o la hipermenorrea, y prevención de enfermedades ginecológicas como los quistes ováricos o la endometriosis, entre otros.

Normalmente, tu ginecólogo o matrona te recomendará el uso de este preparado si:

- Deseas un método anticonceptivo de larga duración (DIU hormonal o implante).
- Estás en periodo de lactancia.
- Presentas alguna contraindicación para la toma de la píldora combinada (con estrógeno).

¿CÓMO SE TOMA LA PÍLDORA?

El tratamiento consiste en la administración diaria de una píldora con carga hormonal durante un periodo continuo de **28 días**. Es relevante destacar que el sangrado que puedes experimentar durante el tratamiento con este preparado puede ser **irregular e inespecífico**.



Y SI NO QUIERO TOMAR UNA PASTILLA TODOS LOS DÍAS, ¿TENGO MÁS OPCIONES?

Si, existen otros métodos que comparten la misma composición farmacológica que la píldora sin estrógenos. **El DIU hormonal y el implante subcutáneo** son métodos anticonceptivos de larga duración (3-5 años) que deben ser colocados en consulta por un profesional sanitario capacitado.



A TENER EN CUENTA...

Cambios patrón
de sangrado



Alergia a algún
componente



Interferencias
medicamentosas



CARACTERÍSTICAS DEL MÉTODO

Acción
anticonceptiva

99.95%

Uso

3 años

Vía de
administración

Subcutánea

Protección
frente a ITS



PARA CUALQUIER DUDA QUE TENGAS,
NO DUDES EN CONSULTAR CON NOSOTROS:

PLANIFICACIÓN FAMILIAR

CS PROSPERIDAD
(C/LUCIO MARINEO, 19)

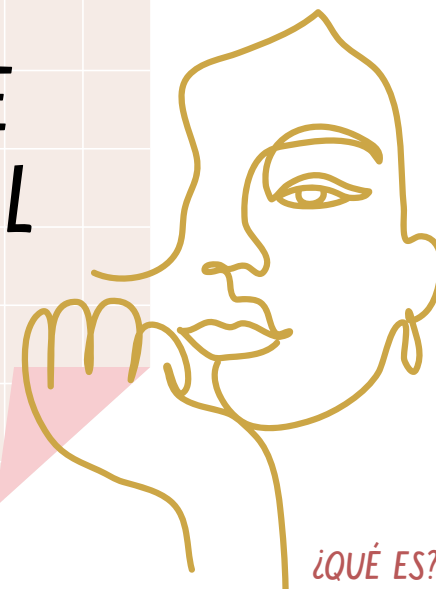
TELÉFONO 923 126 596



MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS

IMPLANTE HORMONAL

Manual de uso para
mujeres que utilizan o
van a utilizar Implante



¿QUÉ ES?

Es un método anticonceptivo reversible de
larga duración libre de estrógenos.

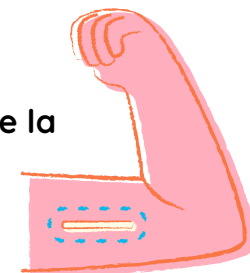
Es una pequeña varilla flexible, pequeña y
discreta que te va a proteger del embarazo.

¿CÓMO SE UTILIZA?

Se coloca por un profesional sanitario
formado, ¡sólo tú sabes que la llevas!.

Se inserta en la cara interna del brazo no
dominante, justo debajo de la piel. Antes de la
inserción se administra anestesia local.

Tras su extracción, se recupera el ciclo
menstrual con normalidad.

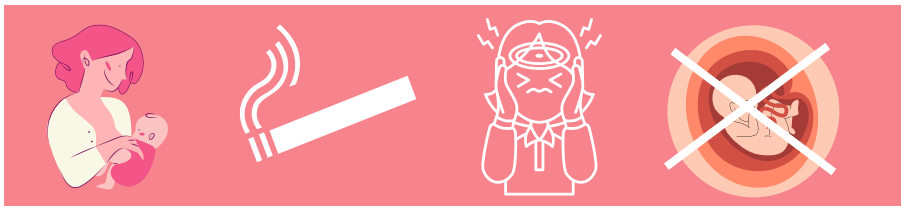


¿ES ESTE MÉTODO ADECUADO PARA TI?

TE PUEDE INTERESAR SÍ:

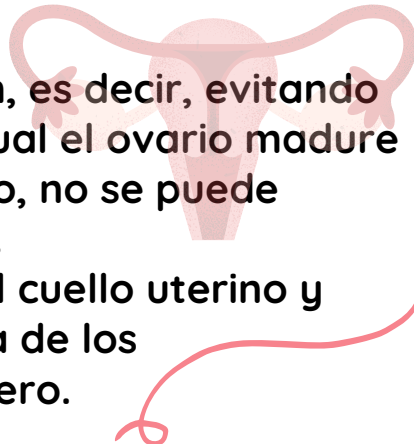


- Eres fumadora.
- Tienes hasta 40 años.
- Padeces migrañas con aura.
- No puedes o no deseas usar estrógenos.
- Quieres un método de larga duración hasta 3 años.
- Periodo de lactancia o entre embarazos.



CÓMO FUNCIONA?

- Inhibiendo la ovulación, es decir, evitando que cada ciclo menstrual el ovario madure un óvulo y, por lo tanto, no se puede producir un embarazo.
- Espesando el moco del cuello uterino y dificultando la entrada de los espermatozoides al útero.



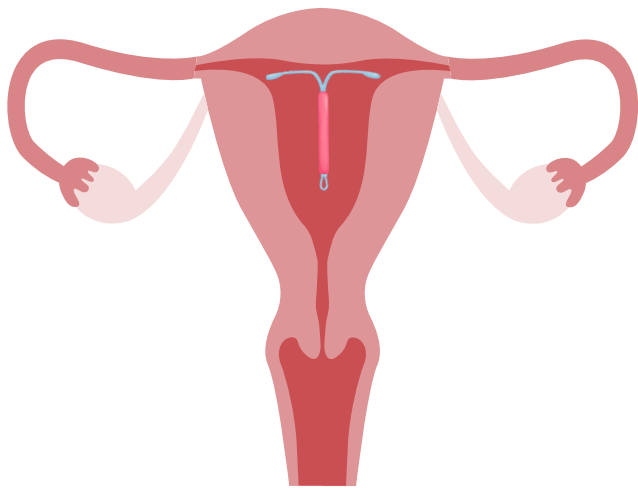
A TENER EN CUENTA:

- Tiene un patrón de sangrado diferente al habitual. Puedes estar largos períodos sin regla o manchar poca cantidad varios días seguidos, pero esto no es perjudicial.
- Algunas mujeres necesitan un período de adaptación de unos meses.
- No interfieren en las relaciones coitales y es compatible con el preservativo.
- No protege de las Infecciones de Transmisión Sexual.
- Es necesario hacer una evaluación de salud de la mujer y ser recomendado por un médico.
- Puedes hacer deporte a las 24h de retirar el vendaje.

EFFECTOS SECUNDARIOS:

- Puede provocar o empeorar el acné.
- Puede hacerte sentir al principio del uso más hinchada.
- Puede influir en tu estado anímico.
- Las incomodidades en el flujo vaginal son poco frecuentes.
- Puede ocasionar una pequeña cicatriz en la piel.

Dispositivo intrauterino (DIU)



Manual para usuarias de DIU

Para cualquier duda que tengas, no dudes en consultar con nosotros:

PLANIFICACIÓN FAMILIAR

CS PROSPERIDAD

(C/ Lucio Maríneo, 19)

Salamanca

Cita previa en:

923 126 596



¿Qué es el DIU?



- Es un método anticonceptivo de **larga duración** (LARC) y de efecto **reversible**.
- Posee forma de T y se inserta en el útero.
- Existen dos tipos de DIU según su composición: DIU de **cobre** y DIU **hormonal**.
- La **eficacia anticonceptiva del DIU se estima en un más de un 97%**, contando con índice de Pearl de 2-3.

¿Qué quiere decir Índice de Pearl de 2-3? Pues que únicamente se producirán 2-3 embarazos no deseados por cada 100 mujeres utilizando el DIU de manera correcta durante 1 año.

Eres candidata si...

- Deseas anticoncepción de larga duración (3-10 años según tipo de DIU).
- Eres fumadora y/o presentas sobrepeso-obesidad.
- Presentas contraindicación o no deseo de uso de estrógenos.
- Padeces sangrado menstrual abundante.

Tipos de DIU

	Principio activo	Duración	Mecanismo acción
DIU de cobre	Cobre	10 años	Efecto espermicida ²
DIU hormonal	Levonorgestrel	5-8 años ¹	Efecto progestagénico local ³

¹ Hasta 8 años en el caso de DIU Mirena.

² Impide la movilización de los espermatozoides.

³ Inhibición del estímulo estrogénico endometrial, produciendo atrofia del endometrio y espesamiento del flujo vaginal.

Cómo se utiliza

- La colocación y retirada debe ser supervisada por un especialista.
- Antes de la inserción de un DIU hormonal, se puede realizar una prueba de tolerancia por vía oral a un principio activo equivalente, durante 3 meses.
- Su inserción se realizará idealmente en el plazo de 7 días desde el inicio de la menstruación, excepto en usuarias de anticoncepción hormonal previa.
- Tras su colocación, debe realizarse una revisión a las 6-8 semanas.

En el caso de los DIU de tipo hormonal debemos considerar:

- Si la usuaria posee 40 años o más en el momento de inserción, no es obligatorio su recambio y se mantendrá hasta la menopausia si asintomática.
- Si la usuaria tiene menos de 40 años en el momento de la inserción, el recambio se realizará de manera individualizada según el DIU elegido.

La retirada definitiva en menopausia se realizará tras doce meses sin menstruación o previa analítica hormonal valorada por un especialista.

Ventajas DIU

- Alta capacidad anticonceptiva.
- No interviene en la actividad sexual ni en las actividades básicas de la vida diaria.
- No necesidad de toma diaria de comprimidos.
- Efecto protector frente a diferentes tipos de cáncer: cáncer de cérvix, endometrio y ovario.
- Disminución del sangrado menstrual.
- Disminución del dolor menstrual.

RECUERDA: El **DIU no protege frente a infecciones de transmisión sexual**: VHS, VIH, Clamidia, Gonorrea, Sífilis... Es sólo un método que disminuye la probabilidad de que te quedes embarazada.

Efectos adversos

- **DIU cobre:** aumento del sangrado y dolor en menstruación.
- **DIU hormonal:** sangrado intermenstrual (spotting) primeros 3-6 meses; aparición de quistes de ovario (benignos y asintomáticos); aumento del síndrome premenstrual (acné, distensión abdominal, sensibilidad mamaria, cefalea, reducción de libido y cambios del estado de ánimo). Suele mejorar espontáneamente.

Consejos postinserción

- Se recomienda mantener el método anticonceptivo previo durante los primeros 7 días tras la inserción.
- Durante los primeros días puedes presentar dolor, tu útero se tiene que acostumbrar al DIU. Puedes tomar la analgesia habitual que uses en la menstruación, tanto antiinflamatorios como analgésicos.

En cuanto al **patrón de sangrado**:

- Tras la inserción, puedes experimentar un sangrado anómalo o más abundante, que se considera normal.
- Durante los primeros 3-6 meses, puedes presentar spotting, que es el machado vaginal escaso entre reglas, por lo que no debes alarmarte.
- A largo plazo, el patrón de sangrado es diferente en cada paciente: puedes seguir teniendo las mismas menstruaciones que antes (generalmente menos abundantes), presentar un manchado más escaso, no presentar menstruaciones o presentar manchados entre reglas.

Debes pedir cita si...

Si presentas **dolor severo que no calmes con analgésicos** de dos tipos alternos cada 4h. **Sangrado vaginal abundante**. Si presentas un **test de embarazo positivo** y eres portadora de DIU.

Debes acudir a tu matrona si...

Tu **flujo vaginal** ha cambiado de coloración, presenta mal olor o tienes escozor y/o picor intravaginal. En el caso en el que presentes molestias derivadas de los **hilos** o que le moleste a tu pareja durante las relaciones sexuales.

DUDAS FRECUENTES:

❖ ¿Se nota el anillo?

Cuando lleves el anillo no notarás nada. Si lo notas, sólo tienes que empujarlo hacia el interior de tu vagina.

❖ ¿Puedo tener relaciones sexuales con el anillo?

El anillo vaginal está hecho de un material suave y flexible, por lo que no interfiere en las relaciones sexuales, y no será necesario retirarlo durante las mismas.

Sin embargo, en caso de que desees retirarlo, es importante que recuerdes reintroducirlo nuevamente en la vagina en un máximo de 3 horas para mantener el efecto anticonceptivo.

* Recuerda que NO protege frente a las infecciones de transmisión sexual, por lo que debes usar adicionalmente un preservativo siempre que consideres necesaria esta protección.

❖ ¿Qué debo hacer si el anillo se cae accidentalmente?

En el raro caso de que esto ocurra, debes lavar el anillo con agua y reintroducirlo de nuevo en la vagina. Si has pasado más de 3 horas sin el anillo vaginal, recuerda que debes usar preservativo durante los 7 días siguientes.

❖ ¿Qué pasa si se me olvida retirarlo el día que toca?

El anillo puede permanecer un máximo de 4 semanas en el interior de la vagina en caso de olvido, aunque es importante que lo retires tan pronto como te des cuenta del descuido, ya que pasado ese tiempo pierde la eficacia y no se puede excluir la posibilidad de embarazo.

❖ ¿Qué ocurre si tengo vómitos o diarrea?

El anillo libera las hormonas a nivel vaginal, y de ahí pasan directamente a la sangre, por lo que, al no pasar por el tracto gastrointestinal, no pasa nada si tienes vómitos o diarrea, ¡seguirá siendo igual de eficaz!

EL ANILLO VAGINAL

¿Qué debes saber sobre este tipo de anticonceptivo?

El **anillo vaginal** es un método anticonceptivo reversible y eficaz que se coloca **una vez al mes** y **libera dos hormonas anticonceptivas** (al igual que la píldora combinada), con la ventaja de que, al ser un método mensual, **no tienes que recordarlo todos los días** y por tanto hay menos posibilidad de olvido.

Además, es un **método discreto**, nadie sabrá que lo llevas.



Se trata de un aro flexible, blando y transparente de unos 5 cm de diámetro, que se inserta en la vagina y libera lentamente dos tipos de hormonas a la sangre, a dosis muy bajas y de manera continuada.

Este método impide que los ovarios liberen óvulos, por lo que, si no se libera ningún óvulo, no puedes quedarte embarazada.



Junta de
Castilla y León

COMPLEJO
ASISTENCIAL
UNIVERSITARIO
DE SALAMANCA

Sacyl
Gerencia de Atención
Primaria de Salamanca

¿CUÁNDO TENGO QUE EMPEZAR A UTILIZAR EL ANILLO?

- Si **no has usado anticoncepción hormonal** el mes anterior: colócate el anillo vaginal el primer día de tu regla (1º día del ciclo). También puedes iniciarlo entre el 2º y el 5º día del ciclo, pero en caso de mantener relaciones sexuales durante los primeros 7 días recuerda usar además preservativo.
- Si usabas un **método anticonceptivo combinado** (píldora o parche) el mes anterior: colócate el anillo vaginal el día siguiente después de la pausa.
- Si usabas una **píldora de sólo gestágeno** el mes anterior, puedes dejar de tomar la píldora cualquier día del ciclo y empezar con el anillo al día siguiente a la misma hora, pero es importante que recuerdes usar preservativo durante los primeros 7 días de uso del anillo.
- Si usabas un **implante, DIU o inyectable** el mes anterior, empieza a usar el anillo en el momento en que deberías recibir la siguiente inyección o el día que te retiren el implante/DIU. Asegúrate de usar preservativo durante los primeros 7 días con el anillo.

¿CUÁNTO TIEMPO TENGO QUE LLEVARLO?

El anillo se coloca en la vagina y se mantiene durante **3 semanas seguidas**, después se retira y se hace **1 semana de descanso** en la que normalmente se produce un sangrado vaginal parecido a una regla. Pasada esa semana, colócate un nuevo anillo y mantenlo otras 3 semanas.

- Día de colocación
 Día de retirada

L	M	X	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	1	2	3	4

¿CÓMO COLOCAR EL ANILLO VAGINAL?

Es muy fácil, puedes hacerlo directamente con los dedos o ayudándote de un aplicador. El anillo está hecho de un material muy flexible por lo que se adapta bien y se desliza muy fácilmente.

1. Antes de ponerte el anillo, comprueba que no esté caducado.
2. Lávate bien las manos antes de ponerte o quitarte el anillo.
3. Escoge la postura que te sea más cómoda para insertarlo (por ejemplo, de pie con una pierna levantada hacia arriba, en cuclillas o tumbada).



4. Abre el envoltorio y extrae el anillo.
5. Sujeta el anillo entre los dedos índice y pulgar, presiona los lados opuestos e introdúcelo en la vagina. Cuando el anillo esté en su sitio no te debe molestar ni notar nada, si te sientes incómoda empuja suavemente el anillo al interior de la vagina (la posición exacta del anillo no es importante, siempre que no te moleste).



6. Pasadas 3 semanas, tocará retirar el anillo vaginal. Puedes hacerlo enganchando el anillo con el dedo índice o sujetándolo con los dedos y estirando hacia fuera.



CONSIGUE
EL APOYO Y ATENCIÓN
QUE NECESITAS



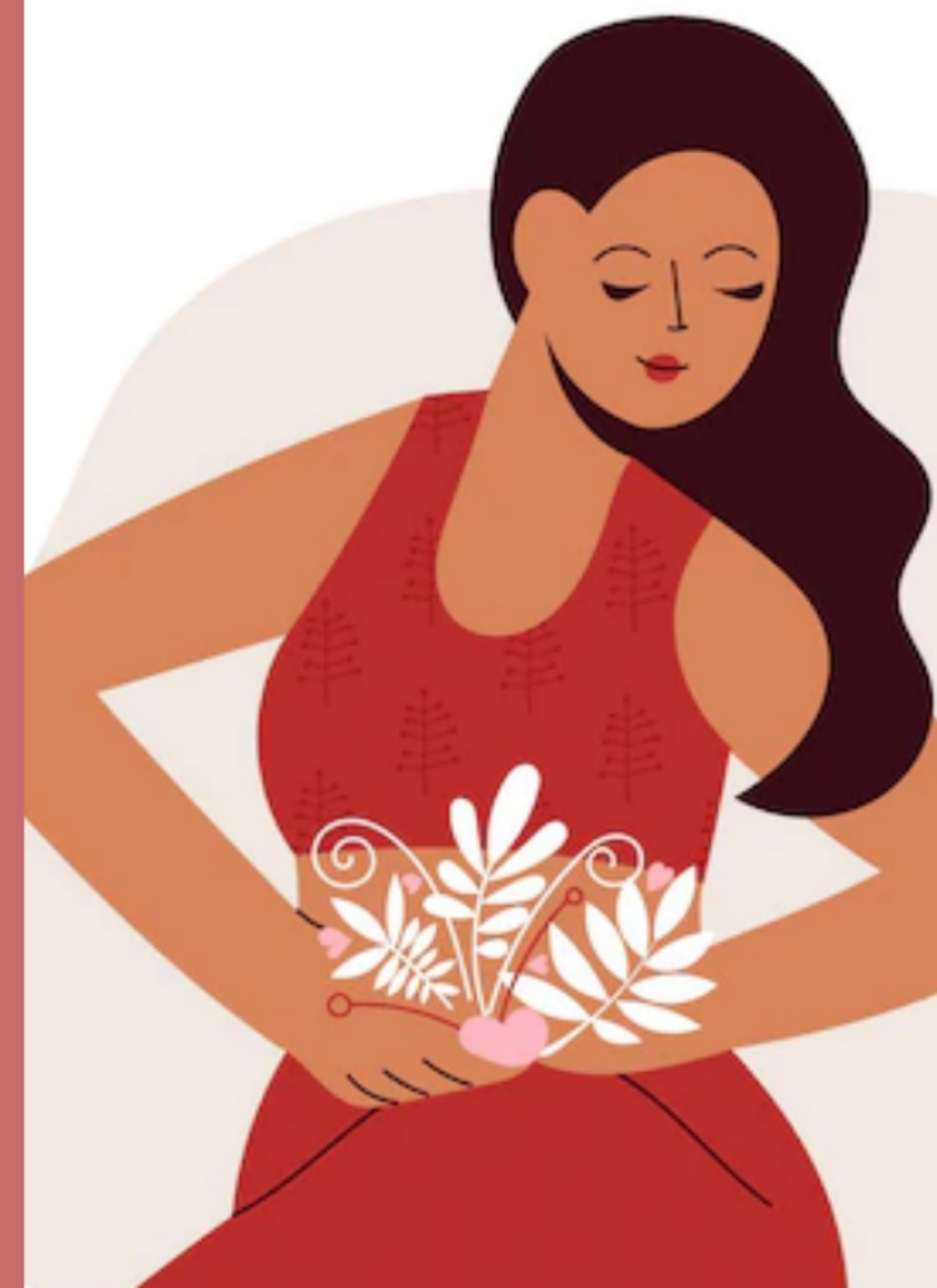
CONTACTO

C.S. Prosperidad
C/ Lucio Marineo, 19
Salamanca
923 12 65 96



INTERRUPCIÓN VOLUNTARIA DEL EMBARAZO

UNIDAD DE ATENCIÓN A
LA MUJER





¿QUÉ ES LA IVE?

La Interrupción Voluntaria del Embarazo (**IVE**) es la aplicación de un procedimiento clínico para finalizar el embarazo a solicitud de la mujer.

Es una situación distinta al aborto espontáneo (pérdida fetal producida de forma involuntaria).

Para elegir el o los métodos utilizados en cada caso se tienen en cuenta las semanas de embarazo y la situación clínica de la mujer. Pueden ser farmacológicos o quirúrgicos (aspiración/legrado) o ambos. En general no requiere ingreso hospitalario.

NORMATIVA

Ley Orgánica 2/2010, de 3 de marzo, de salud sexual y reproductiva y de la interrupción voluntaria del embarazo, modificada por Ley Orgánica 3/2023, de 28 de Marzo

1. Interrupción a petición de la mujer (art. 14).

- Se produce dentro de las primeras 14 semanas de gestación, a petición de la mujer.

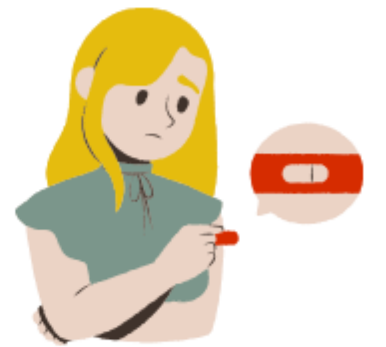
2. Interrupción por causas médicas (artículo 15).

- Hasta la semana 22 de gestación, cuando exista grave riesgo para la vida o la salud de la mujer o graves anomalías fetales.
- Hasta el final de embarazo, cuando se detecten anomalías fetales incompatibles con la vida o enfermedad extremadamente grave.

PASOS A SEGUIR:

SOSPECHA DE EMBARAZO

PONTE EN CONTACTO CON LA
MATRONA O TRABAJADORA SOCIAL
DE TU CENTRO DE SALUD



CITA PRESENCIAL EN LA UNIDAD DE ATENCIÓN A LA MUJER

TLF. CONTACTO: 923 12 65 96
EXTENSIÓN: 53562

- Valoración, diagnóstico, tratamiento y seguimiento.
- Confirmación embarazo: test de gestación.
- Ecografía: Datación de edad gestacional.
- Información sobre derechos y deberes reproductivos.
- Profesionales: ginecóloga, matrona y trabajadora social.

