

PILDORAS ANTICONCEPTIVAS

FORMAS DE PRESENTACION

Dra Elina Coccio

Las píldoras anticonceptivas son un método anticonceptivo hormonal oral para evitar el embarazo, altamente eficaz. La mayoría de las píldoras contienen dos tipos de hormonas femeninas sintéticas, es decir elaboradas en un laboratorio a semejanza de las secretadas normalmente por el ovario. Estas hormonas son estrógeno y progesterona y por eso se los llama anticonceptivos orales combinados. Existe un tipo de píldora anticonceptiva que contiene un solo tipo de hormona, la progesterona, y se llama "píldora progestínica" o "mini-píldora."

La píldora actúa a través de varios mecanismos diferentes para evitar el embarazo.

El principal mecanismo anticonceptivo es evitar la ovulación, de esta manera no habrá un óvulo disponible para la fecundación. Si no hay óvulos, no hay fecundación y por lo tanto no hay embarazo.

La píldora espesa el moco cervical haciendo de esta manera que se comporte como un tapón y dificultando así el avance de los espermatozoides.

Si es la primera vez que utiliza la píldora como método anticonceptivo, debe tomar el primer comprimido el primer día de la menstruación. Para no olvidar el día de la semana en que comienza el envase, y así no perder la cuenta de si ha tomado o no la píldora cada día, elija el comprimido que se encuentra marcado con el día de la semana correspondiente a el día que esta iniciando el envase (que no será necesariamente el primer comprimido) y, a partir de ahí, sigue el sentido de las flechas que están impresas en el envase hasta completar la toma. Algunas presentaciones traen adhesivos que inician la semana con el día que necesite.

Píldoras anticonceptivas progestínicas o minipíldoras

La minipíldora puede contener diferentes tipos de hormona sintética, dependiendo de la fórmula algunas presentaciones deben utilizarse solo en el periodo de lactancia exclusiva, hasta el sexto mes postparto y en ausencia de ciclo menstrual (levonorgestrel, linestrenol). Otras contienen desogestrel y pueden utilizarse como un anticonceptivo combinado o también durante la lactancia.

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
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 

Los envases de píldoras anticonceptivas que contienen solo progesterona contienen 28 o 35 comprimidos, todos son activos y deben tomarse en forma continua.

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
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 	32 	33 	34 	35 

Píldoras anticonceptivas combinadas

Las píldoras anticonceptivas combinadas se presentan en envases que traen 21, 28 o 56 comprimidos. Las presentaciones de 28 comprimidos pueden tener 4 o 7 píldoras inertes o placebo, y algunas presentaciones reemplazan esas 7 píldoras inertes por comprimidos que contienen hierro (para prevenir la anemia).

En los envases de 21 comprimidos se debe tomar uno por día, siempre en el mismo horario. Después se descansa 7 días (no hay que tomar la píldora por 7 días y no deben ser más de 7 días de descanso) y se reinicia el tratamiento con un nuevo envase en el octavo día. Durante este periodo de 7 días de descanso deberá aparecer el sangrado, si no es así se debe realizar la consulta con su médico antes de empezar un nuevo envase.

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
1 	2 	3 	4 	5 	6 	7 
8 	9 	10 	11 	12 	13 	14 
15 	16 	17 	18 	19 	20 	21 

Si su envase es de 28 comprimidos deberá igualmente tomar un comprimido por día tratando de cambiar lo menos posible la hora del día en que lo toma. Se toma un comprimido todos los días teniendo en cuenta que esta presentación tiene 21 comprimidos activos y 7 comprimidos placebo (generalmente de un color diferente). Una vez terminado el envase debe reiniciar uno nuevo sin ningún día de descanso. El sangrado aparecerá durante

la semana en la que se toman los comprimidos placebo, de no ser así consulte a su médico antes de iniciar un nuevo envase.

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
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 

Hay envases de 28 comprimidos que traen 24 píldoras activas y 4 placebos. Se deben tener en cuenta las mismas recomendaciones que para 28 comprimidos.

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
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 

Existen presentaciones con 56 comprimidos, en estos hay 49 píldoras activas y 7 placebos.

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
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 	32 	33 	34 	35 
36 	37 	38 	39 	40 	41 	42 
43 	44 	45 	46 	47 	48 	49 
50 	51 	52 	53 	54 	55 	56 

La eficacia va a depender de que las píldoras se tomen correctamente. Esto sería un comprimido todos los días siempre en el mismo horario (un buen horario sería por la noche), pero el mejor horario va a ser el momento que lo pueda relacionar con algo como para no olvidarse de tomarlo (se puede programar una alarma en el teléfono celular). Si toma la píldora correctamente, la eficacia anticonceptiva se obtiene desde el primer día. También hay protección para los 7 días de descanso y los 4 o 7 días que se toman los comprimidos placebo.

La necesidad de usar anticoncepción de emergencia o de tomar otras medidas para prevenir un embarazo luego de haber olvidado una o más de sus píldoras anticonceptivas regulares depende de:

- el tipo de píldoras que esté usando.
- cuántas píldoras haya olvidado tomar.
- en qué semana de toma de píldoras anticonceptivas se encuentre.

QUE CONDUCTA TOMAR FRENTE AL OLVIDO DE UNA PÍLDORA ANTICONCEPTIVA

SI OLVIDA UNA PÍLDORA SE DEBE CONSIDERAR SI PASARON MÁS O MENOS DE 12 HORAS.

➡ **SI PASARON MENOS DE 12 HORAS:** (desde la hora en que debería haberla tomado)

Se debe tomar la píldora inmediatamente y luego continuar con el tratamiento a la hora habitual. La eficacia de la píldora en este caso está garantizada.

➡ **SI PASARON MÁS DE 12 HORAS:**

Se debe tomar igualmente la píldora olvidada y luego continuar con el tratamiento a la hora habitual. Esto reducirá pequeños sangrados que pueden aparecer por motivo del olvido, sin embargo NO garantiza la eficacia de la píldora. Si tiene relaciones sexuales coitales debe utilizar otros métodos anticonceptivos complementarios como por ejemplo el preservativo, durante al menos 1 semana después del olvido. Si olvida tomar un comprimido placebo, no debe preocuparse, estos comprimidos no contienen hormonas, por lo que no afectan a la eficacia anticonceptiva, simplemente ayudan a no perder la costumbre de tomar una píldora diariamente.

SI PASARON MÁS DE 12 HORAS SE DEBE TENER EN CUENTA SI LA PÍLDORA OLVIDADA FUE DE LA PRIMERA, SEGUNDA O TERCERA SEMANA.

➤ SI EL OLVIDO OCURRIÓ EN LA PRIMER SEMANA:

-TUVO RELACIONES SEXUALES COITALES EN LOS ÚLTIMOS 5 A 7 DÍAS:
Deberá utilizar anticoncepción de emergencia.

-NO TUVO RELACIONES SEXUALES COITALES EN LOS ÚLTIMOS 5 A 7 DÍAS:

Debe tomar la píldora olvidada aunque signifique tomar dos comprimidos juntos y utilizar un método anticonceptivo de barrera: preservativo en los próximos 7 días.

➤ SI EL OLVIDO OCURRIÓ EN LA SEGUNDA SEMANA:

Se debe tomar la píldora olvidada inmediatamente aunque signifique tomar dos píldoras juntas. La eficacia anticonceptiva no se altera y no es necesario utilizar otro método anticonceptivo.

➤ SI EL OLVIDO OCURRIÓ EN LA TERCERA SEMANA: PARA ENVASES CON 21 COMPRIMIDOS:

Se debe tomar la píldora olvidada aunque signifique tomar dos comprimidos juntos. Luego se puede optar por iniciar otro envase sin hacer el descanso de los 7 días. Si se toma esta conducta no se producirá el sangrado en la fecha esperada, pero puede aparecer manchado o sangrado en el transcurso de la toma del segundo envase.

Otra opción es no tomar más las píldoras, descansar 7 días y reiniciar otro envase.

➤ SI EL OLVIDO OCURRIÓ EN LA TERCERA SEMANA: PARA ENVASES CON 28 COMPRIMIDOS:

Se debe realizar lo mismo que para el olvido en la tercera semana del envase de 21 comprimidos. Se deberá tomar la píldora olvidada, no tomar las píldoras placebo (se deben saltar) e iniciar otro envase, o no tomar más píldoras, hacer el descanso y reiniciar otro envase.

QUE CONDUCTA TOMAR FRENTE AL OLVIDO DE MÁS DE UNA PÍLDORA ANTICONCEPTIVA

El riesgo de embarazo aumenta con el número de píldoras olvidadas, sobre todo en la primer y última semana. Hay más seguridad si estos olvidos se producen en la segunda semana. En estas situaciones es necesaria la consulta con el médico.

Las píldoras anticonceptivas no previenen las [enfermedades de transmisión sexual \(ETS\) ni HIV/SIDA](#). Los [preservativos](#) deben usarse siempre que se quiera evitar el contagio de estas enfermedades.