

# Pastillas anticonceptivas

Conoce y previene

- Las decisiones que tomes en materia de salud sexual y reproductiva tienen una gran influencia en tu proyecto de vida. Por ello, es importante que te informes y conozcas los métodos anticonceptivos que existen para que, en su momento, puedas escoger el que más se adapte a tus necesidades e intereses personales.



- Si quieres esperar un tiempo antes de embarazarte o aplazar el siguiente embarazo, existen diferentes métodos anticonceptivos que te pueden ayudar a lograrlo, como la pastilla anticonceptiva.

**La pastilla anticonceptiva contiene hormonas sintéticas parecidas a las producidas por los ovarios, su función es evitar la ovulación. También producen cambios en el moco cervical haciendo difícil el movimiento de los espermatozoides.**

# Las pastillas anticonceptivas tienen una serie de beneficios:

- Si se toman correctamente brindan una alta protección para no embarazarse.
- Ayudan a que las mujeres tengan menos cólicos y dolores menstruales.
- Regularizan el ciclo menstrual.
- Hacen que el sangrado de la menstruación o regla sea menos abundante y dure menos días.
- Reducen las anemias por deficiencia de hierro.
- Reducen la aparición de molestias premenstruales como dolor en los senos e inflamación abdominal.
- Cuando la mujer decide suspender su uso la capacidad de embarazarse se recupera en poco tiempo.

**Antes de utilizar las pastillas anticonceptivas, es importante visitar al personal de salud para que te expliquen:**

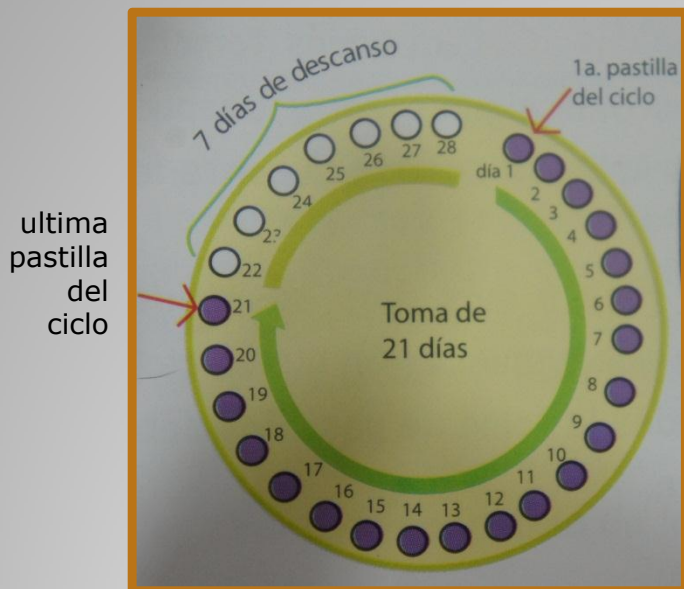
- En qué consisten.
- Como se deben tomar.
- Los beneficios que ofrecen y sobre todo, si tu estado de salud permite tomarlas.

## Existen dos presentaciones de pastillas:

- Con 21 pastillas que se toman diariamente y se descansa siete días.
- Con 28 pastillas que se toman todos los días sin ninguno de descanso.

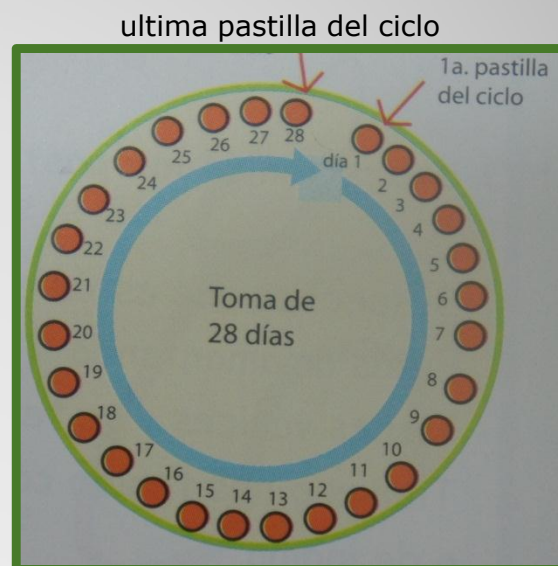
La toma debe iniciarse de preferencia el primer día del ciclo menstrual o entre el segundo o quinto día, pero en este caso se debe utilizar adicionalmente el condón durante los 7 primeros días para mayor protección. Si la mujer no olvida tomarlas, ambas presentaciones funcionan muy bien.

# Existen 2 presentaciones



1) Las de **21** pastillas que se toma una diariamente y se descansa siete días

1) Las de **28** pastillas que se toma todos los días sin ninguno de descanso.



**Para crear un hábito se recomienda tomarlas siempre a la misma hora, de preferencia en la noche.**

## Que hacer en el caso de que olvides tomar las pastillas

- Si olvidas tomarla **un día**, deberás hacerlo tan pronto como te sea posible y la siguiente deberás tomarla a la hora de siempre.
- Si la olvidaste tomar **dos días**, deberás tomar 2 tabletas durante los dos días siguientes, y después continúa con la toma diaria y usa condón durante los siguientes siete días.
- Si olvidaste tomarla por **tres o más días**, suspéndela y usa condón hasta que empieces un nuevo ciclo menstrual. Cuando reanudes la toma de pastillas debe ser con un nuevo paquete.



## **NO** debes tomar las pastillas anticonceptivas cuando:

- Sospeches que estás embarazada
- Estás amamantando
- Tienes várices o se te hinchan las piernas
- Tienes o has tenido cáncer de matriz o de mama
- Presentas sangrados vaginales fuera del periodo de la regla
- Tienes la presión alta
- Fumas
- Eres mayor de 40 años de edad.