

# Píldoras anticonceptivas: 5 cosas que debe saber

Lo bien que funcionen las píldoras anticonceptivas depende de si usted las toma correctamente. Repase esta lista con su proveedor de atención médica para asegurarse de que sabe cómo utilizar las píldoras anticonceptivas.

## 1 Qué tipo de píldoras está tomando y cómo cambian su período

Hay dos tipos principales de píldoras anticonceptivas:

- **Píldoras combinadas** que le proporcionan las hormonas progestina y estrógeno
- **Las píldoras que solo contienen progestina**

Ambas píldoras hacen que usted tenga más o menos períodos a través del tiempo. Con las **píldoras combinadas de ciclo extendido**, usted puede tener una cantidad significativamente menor de períodos. Conozca sus ciclos y si piensa que puede estar embarazada, hágase una prueba.

Mi píldora anticonceptiva \_\_\_\_\_

Tipo de píldora:  Combinación  Solo progestina

Mi período debe venir cada \_\_\_\_\_ días



Una manera de acordarse de tomar su píldora a la misma hora cada día es poner una alarma en su teléfono inteligente o en su reloj. O lo puede marcar en un calendario cuando la tome cada día.

## 2 Cómo tomar las píldoras anticonceptivas correctamente

Repase esta reglas generales con su proveedor de atención médica. Algunas serán específicas del tipo de píldoras que esté tomando.

- **Al principio, utilice un método de control de la natalidad de respaldo.** (Puede tardar varias semanas para que empiecen a funcionar las píldoras).

Empiece las píldoras este día: \_\_\_\_\_

Utilice un método de respaldo hasta este día: \_\_\_\_\_

- Tome su píldora aproximadamente a la misma hora todos los días.
- Sepa qué hacer si accidentalmente se le pasa un día.
- Cuénteles a su proveedor de atención médica sobre cualquier medicamento o suplementos que esté tomando. Algunos pueden evitar que las píldoras anticonceptivas funcionen correctamente.

## 3 Los efectos secundarios que puede tener

Puede no tener efectos secundarios, pero es útil saber cuáles son los más comunes. (La mayoría de los efectos secundarios se disipan o desaparecen después de las primeras pocas semanas o meses). Los efectos secundarios que usted puede tener son:

- Sangrado o manchado entre períodos
- Dolores de cabeza
- Náuseas
- Senos adoloridos

## 4 Cómo dejar de tomar su píldora

Usted puede dejar de tomar su píldora en cualquier momento. Esto es lo que puede esperar:

- Si la deja de tomar en la mitad de un ciclo, probablemente tendrá sangrado dentro de los siguientes 4 a 6 días.
- Podrá quedar embarazada inmediatamente. Use otro método anticonceptivo si no quiere quedar embarazada.

