



Mini Píldora (anticonceptivo oral de progesterona solamente)

¿Qué es la mini píldora?

La mini píldora es una píldora para el control de la natalidad que contiene solamente la hormona progesterona. Las mini píldoras vienen en paquetes de 28 pastillas y se toma una por día. Contiene una forma sintética de la hormona progesterona y no tiene estrógeno. La mini píldora afecta la mucosidad alrededor del cuello uterino, haciendo más difícil que los espermatozoides entren al útero. También afecta el transporte de los óvulos por las trompas del falopio. De estas formas la mini píldora previene la fertilización. La mini píldora es del 87% al 99.7% efectiva, un poco menos que la píldora anticonceptiva regular. No protege contra infecciones de transmisión sexual, incluyendo el VIH/SIDA.

Uso

Hay hormonas en cada mini píldora; no hay píldoras sin hormonas para la semana de la regla. Es importante que tome una píldora cada día, preferiblemente a la misma hora. Si olvida tomar una mini píldora o si la toma tarde aumenta la posibilidad de salir embarazada más que con las pastillas anticonceptivas regulares.

Puede mejorar la eficacia de la mini píldora usando otro método anticonceptivo de respaldo, como un condón o espermicida. El momento más importante para usar algo adicional es en los primeros 3 meses, y durante los días 8 al 18 de su ciclo mensual después de los primeros tres meses.

Comenzar la mini píldora

Tome la primera píldora el primer día de su regla. Después tome una cada día, a la misma hora, incluso durante su regla.

Después del primer paquete

Enseguida que termine un paquete, empiece el siguiente. Empiece su próximo paquete aunque todavía esté sangrando o no haya comenzado la regla. Siga tomándose una píldora cada día.

Si tiene problemas con la mini píldora llame a la clínica. **NO DEJE** de tomar la mini píldora a menos que quiera salir embarazada o si tiene al alcance algún otro método para el control de la natalidad.

Su salud

Cada mujer es diferente y la mini píldora no se recomienda para todas las mujeres. Debido al riesgo de problemas serios de salud, las mujeres con las siguientes condiciones no deben usar la mini píldora:

- ◆ Sangrado vaginal sin explicación
- ◆ Embarazo conocido o sospechado
- ◆ Cáncer de los senos

A veces la mini píldora no se le recomienda a las mujeres que están preocupadas con los aumentos de peso, o si tienen enfermedades del hígado, vesícula, corazón, diabetes o historial de depresión.

Riesgos

La mini píldora aumenta el riesgo de tener quistes funcionales en los ovarios. También pueden aumentar ligeramente el riesgo de un embarazo ectópico. Un embarazo ectópico es cuando un óvulo fecundado se pega y crece fuera del útero. Esto puede ser muy peligroso y requiere atención médica de emergencia. Para proteger su salud, conozca las señales de peligro de la mini píldora.

Beneficios

Las mujeres que toman la mini píldora, tienen menos riesgo de tener cáncer endometrial y enfermedad inflamatoria pélvica. Usted puede tener menos calambres o cólicos dolorosos, menos periodos menstruales, y menos posibilidades de tener anemia.

Efectos secundarios

El efecto secundario más común para las mujeres que toman la mini píldora es el sangrado irregular. A pesar de que muchas de las mujeres que toman la mini píldora tienen reglas normales, otras tienen reglas irregulares, goteo entre reglas o unas no tienen su regla para nada. Si no ha sangrado por 60 días, llame a la clínica para hacerse una prueba de embarazo pero siga tomando las píldoras.

Otros efectos secundarios de la mini píldora son cambios de humor, dolor de cabeza, y menos deseos de tener sexo.

Algunos de los efectos secundarios típicos de la píldora anticonceptiva regular, como la náusea y los senos adoloridos, por lo regular no ocurren con la mini píldora.

Interacción con otras drogas

La eficacia de la mini píldora disminuye cuando se toman ciertas medicinas. Estas drogas incluyen rifampin y medicinas para prevenir las convulsiones. Si usted está tomando cualquier medicina, dígaselo a su proveedor. Cuando tome medicinas que interfieren con la mini píldora, considere usar un método adicional de respaldo para el control de la natalidad, como el condón y espermicida. Al igual que con

cualquier medicina es buena idea informarle a sus proveedores médicos si está tomando un anticonceptivo hormonal.

Señales de peligro

Las mujeres que sufran cualquiera de los siguientes síntomas mientras estén tomando la mini píldora deben llamar a la clínica de inmediato: dolor abdominal (severo); dolor de pecho o falta de respiración; dolor de cabeza (severo); problemas con la vista, como visión borrosa; o dolor de pierna y brazo o entumecimiento.

Píldoras que se le olvidan

3 o más horas de retraso: Tome la píldora enseguida que se recuerde y use un método de respaldo por 48 horas.

1 píldora olvidada: Tome la píldora enseguida que se recuerde y tome la siguiente a su hora regular. Esto puede significar que tenga que tomar dos píldoras en un día. Si se le olvida tomar solamente una píldora, probablemente no saldrá embarazada. Use un método de respaldo por dos semanas.

2 píldoras olvidadas: Tome dos píldoras cada día por los próximos dos días. Use otro método adicional por 2 semanas. Puede tener sangrado o goteo. Si el sangrado es como una regla, llame a la clínica.

3 o más píldoras olvidadas: Use otro método para el control de la natalidad y llame a la clínica para instrucciones.

NUNCA TOME MÁS DE 2 PILDORAS EN UN DÍA.

Su fertilidad futura

Las mujeres que desean salir embarazadas pueden dejar de tomar la mini píldora en cualquier momento. Su fertilidad puede regresar de inmediato o tras unos pocos meses.

Ventajas

- ◆ Evita los efectos secundarios típicos de las píldoras anticonceptivas regulares.
- ◆ No tiene estrógeno.
- ◆ Fácil de usar.
- ◆ No afecta su fertilidad futura.
- ◆ No interrumpe la estimulación erótica.

Desventajas

- ◆ No protege contra las infecciones de transmisión sexual, incluyendo el VIH/SIDA.
- ◆ Tiene que tomarse cada día a la misma hora.
- ◆ Es menos efectiva cuando se toma con algunas medicinas.
- ◆ Riesgo más alto de quistes funcionales en los ovarios.
- ◆ Riesgo mas alto de un embarazo ectópico.
- ◆ Puede tener sangrado irregular.
- ◆ Requiere una receta.

Recursos adicionales

Cedar River Clinics: www.CedarRiverClinics.org

Feminist Women's Health Center: www.FWHC.org

Nuestros Cuerpos, Nuestras Vidas:
www.ourbodiesourselves.org/ncnv.htm

Anticonceptivo de Emergencia: www.NOT-2-LATE.com

Información sobre anticonceptivos: www.saludhoy.com

Infecciones de transmisión sexual:
<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/sexuallytransmitteddiseases.html>
<http://www.fhi.org/sp/Topics/STI.htm>