

# HOJA DE DATOS: Píldoras de solo progestina

## ("mini-píldoras")

Antes de tomar la píldora, debe conocer las ventajas, desventajas, riesgos y señales de alerta. Esta hoja de datos, junto con la educación personalizada por parte de nuestro personal, representa su consentimiento informado para aplicar este método. También se le proporcionará la información del fabricante aprobada por la FDA. Lo invitamos a leer esta información. Un enfermero práctico está siempre disponible para responder sus preguntas.

Las píldoras de solo progestina (POP) son píldoras anticonceptivas orales que no contienen estrógeno. Cada píldora en el paquete contiene progestina. No hay semana sin hormonas con las POP. Las POP previenen el embarazo al evitar la ovulación (liberación del óvulo desde el ovario) y al espesar el moco cervical, lo que impide la penetración de los espermatozoides.

### **BENEFICIOS:**

- 95% - 99% de efectividad contra el embarazo cuando se usa correctamente;
- Sin estrógeno. Menos riesgo de los efectos secundarios graves pero poco comunes del estrógeno;
- Las POP se pueden considerar para aquellas mujeres que no pueden tomar estrógeno. Mujeres que:
  - Están amamantando
  - Tienen 35 años de edad y fuman
  - Presentan migrañas con aura
  - Presentan hipertensión
  - Tienen antecedentes de coágulos sanguíneos y trastornos de coagulación
- Disminución del riesgo de desarrollar cáncer de endometrio, cáncer de ovario y la enfermedad inflamatoria pélvica;
- Disminución de los efectos secundarios asociados con el estrógeno, como náuseas, dolores de cabeza, sensibilidad en las mamas e hipertensión arterial.

### **RIESGOS:**

#### **No utilice las POP si:**

- Está embarazada o sospecha estarlo;
- Tiene cáncer de mama actualmente.

#### **Consulte con su enfermero práctico si su historia clínica incluye:**

- Sangrado vaginal inexplicable;
- Cáncer de mama;
- Hepatitis viral activa o cirrosis hepática;
- Uso de medicamentos anticonvulsivos;
- Haber amamantado menos de 6 semanas.

Estas afecciones se deben considerar al decidir si la píldora es adecuada para usted.

#### **Posibles efectos secundarios graves:**

El embarazo ectópico (embarazo en las trompas de Falopio) y los quistes de ovarios son los efectos secundarios más graves posibles.

#### **Posibles efectos secundarios menores:**

Los siguientes cambios suelen presentarse en los primeros meses de uso y desaparecen con el tiempo. Muchas mujeres nunca experimentan ninguno de estos efectos secundarios:

- Cambios en la menstruación. El sangrado irregular es común. El sangrado es una pérdida, generalmente leve, pero no siempre predecible;
- Sensibilidad en las mamas. A pesar de la falta de estrógeno, la progestina provoca sensibilidad en las mamas en algunas mujeres.
- Dolores de cabeza, cambios en el estado de ánimo, depresión y cambios en el deseo sexual.

## **COMENCEMOS:**

Con las POP, los 28 días del paquete de píldoras contienen hormonas. No hay píldoras sin hormonas. Tome una píldora todos los días a la misma hora hasta que termine todas las píldoras. Pase directamente al próximo paquete. La correcta toma de la píldora mejora la eficacia de las POP.

**Inicio de primer día:** Comenzará su primer paquete de píldoras el primer día de su próximo período.

**Inicio rápido:** Hoy tomará su primera píldora.

**Inicio de domingo:** Comience a tomar sus píldoras el primer domingo después de que comience su período.

## **Método complementario:**

Para que las píldoras eviten el embarazo, debe tomarlas correctamente. Se recomienda el uso de un segundo método anticonceptivo (por ejemplo, condones) hasta que desarrolle una rutina diaria de toma de píldoras.

## **Sangrado irregular:**

Recuerde que el sangrado irregular es muy común cuando se toman POP. No deje de tomar sus píldoras. El sangrado irregular suele desaparecer con el tiempo.

## **Píldoras tardías (menos de 24 horas):**

Las píldoras deben tomarse aproximadamente a la misma hora todos los días (en un plazo no mayor a 2 horas). Si olvida tomar una píldora, tómela tan pronto lo recuerde. Tome su siguiente píldora en el momento correcto. ¡Utilice su método complementario!

## **Píldoras omitidas (más de 24 horas):**

Si olvida tomar una o más píldoras, corre un mayor riesgo de embarazo. Empiece a utilizar su método complementario de inmediato. Comience a tomar sus píldoras nuevamente y utilice su método anticonceptivo complementario hasta que haya tomado sus píldoras durante 7 días de forma correcta.

## **Las píldoras son menos eficaces cuando:**

- Toma ciertos antibióticos, medicamentos anticonvulsivos, y la hierba de San Juan;
- Vomita en un plazo de dos horas después de tomar una píldora hormonal, o presenta vómitos severos o diarrea repetidas veces.
- Utilice su método complementario en ese periodo.

## **Patrones de sangrado:**

Las mujeres que toman POP generalmente presentan pérdidas leves e impredecibles. Algunas mujeres pueden no presentar pérdidas. Otras mujeres presentan sangrado que aparece mensualmente. Todos estos patrones de sangrado se consideran normales. Sin embargo, los patrones de sangrado irregular pueden impedir saber si está embarazada mientras toma POP. Si usted está preocupada o presenta cambios en su patrón de sangrado, acuda a la clínica.

## **POP Y EMBARAZO FUTURO**

La POP no afectará su capacidad de quedar embarazada en el futuro. Después de dejar la POP, la mayoría de las mujeres vuelven a tener ciclos menstruales regulares de inmediato. Si deja de tomar sus píldoras y no desea el embarazo, use otro método anticonceptivo. Si desea el embarazo, puede dejar de tomar píldoras y comience a tomar 400 mcg de ácido fólico. El ácido fólico es importante para prevenir ciertos defectos de nacimiento en los bebés.

Firma del cliente: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

Doy fe de que el cliente recibió esta información, expresó que la leyó y la comprendió y tuvo la oportunidad de hacer preguntas.

Firma del testigo: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_



1201 Caledonia St. La Crosse, WI 54603  
(608) 775-8390 o (800) 657-5177 | essentialclinic.org

DHHS de EE.UU., OPA, OFP: Programa de Planificación Familiar Título X Región V  
Filial de Gundersen Health System | Anteriormente Options Clinic



En caso de una emergencia médica, llame al 911

07/15