



## ANTICONCEPTIVO HORMONAL DE SUMINISTRO CONTINUO



### ¿En qué consisten los anticonceptivos de suministro hormonal continuo?

Es una variación, basada en la evidencia, de la manera acostumbrada y aprobada por la FDA (Administración de Alimentos y Drogas de EE.UU.) para usar anticonceptivos hormonales. Según investigaciones realizadas, algunas píldoras anticonceptivas y la Nuva Ring se pueden usar de forma segura y efectiva continuamente, sin cesar para tener un “periodo”.

Los anticonceptivos de suministro hormonal continuo incluyen píldoras del control de la natalidad y la Nuva Ring. Estos métodos hormonales previenen el embarazo al detener la ovulación e impedir que los ovarios suelten óvulos.

Tradicionalmente estos métodos se usan por tres semanas continuas seguidas por una semana de descanso, durante la cual se tiene el “sangrado de retirada”. Este sangrado es diferente al periodo usual.

Las mujeres tienen periodos cuando no están tomando anticonceptivos hormonales. La cubierta del útero se pone más gruesa en espera de un embarazo posible. Si después de la ovulación no hay embarazo, el útero desecha la cubierta gruesa menstrual.

Al usar un suministro hormonal continuo, la cubierta del útero no se pone más gruesa y por consiguiente no hay nada o casi nada para que el útero deseché.

Es posible usar las píldoras anticonceptivas y la Nuva Ring de forma continua. La mayoría de los paquetes de píldoras anticonceptivas contienen píldoras de hormonas para tres semanas y de píldoras de azúcar, o píldoras separadoras, para una semana. Si se toma las píldoras de hormonas y no se toma el descanso de una semana, no habrá sangrado de retirada.

Esto se ha hecho por años por una variedad de razones. Los anticonceptivos hormonales continuos pueden ayudar a aliviar los síntomas del Síndrome premenstrual, las migrañas menstruales y la anemia. Los atletas y las mujeres programando sus bodas o vacaciones han usado este método para evitar sus periodos por muchos años. A muchas mujeres les gusta la idea de no tener que molestarse con la inconveniencia de un “periodo”, pero la

razón más valedera para optar por el uso hormonal continuo es disminuir el riesgo del embarazo indeseado.

### Uso

Píldoras de control de la natalidad: Solamente se pueden usar las píldoras anticonceptivas monofásicas. Las píldoras monofásicas contienen la misma cantidad de hormonas en cada píldora. Tómese una píldora hormonal todos los días. No se tome las separadoras.

Nuva Ring: Introduzca una Nuva Ring cada tres semanas sin saltarse ningún día. Nunca esté sin un anillo insertado.

### Su salud

Las mujeres que usan los anticonceptivos hormonales tienen un riesgo un poco más alto de ataque al corazón y embolio. Los efectos de los anticonceptivos hormonales en el cáncer del seno todavía se desconocen. Los anticonceptivos hormonales disminuyen las oportunidades de las mujeres de desarrollar el cáncer de los ovarios, el cáncer endometrial y la enfermedad inflamatoria de la pelvis.

### Efectos secundarios

Según se ajusta el cuerpo a los cambios hormonales, las mujeres con frecuencia experimentan algunos efectos secundarios menores, incluyendo:

- ◆ Sangrado irregular o manchas de sangre
- ◆ Náusea
- ◆ Senos sensibles
- ◆ Aumento de peso y/o retención de agua
- ◆ Oscurecimiento de la piel con manchas
- ◆ Cambios de humor

El sangrado en medio del ciclo es común durante los primeros seis meses del uso continuo de hormonas. Según pasa el tiempo su cuerpo se acostumbrará a los niveles constantes de hormonas y este efecto secundario usualmente desaparecerá a más tardar en 4-6 meses del uso hormonal continuo. Las medicinas antiinflamatorias sin esteroides (naproxen o ibuprofeno) pueden disminuir el sangrado y hacerla sentir más cómoda durante este periodo de ajuste. Si su sangrado continúa después de una semana tras haber tomado una medicina antiinflamatoria por una semana, consulte a su proveedor de salud.

Es posible que algunas mujeres no puedan usar métodos anticonceptivos hormonales debido al riesgo de problemas serios de salud. Las mujeres que tienen más de 35 años y fuman o que tienen cualquiera de las siguientes condiciones no deben usar las píldoras anticonceptivas de hormonas combinadas o el Anillo:

- ◆ Historial de ataque al corazón o embolio
- ◆ Coágulos de sangre
- ◆ Sangrado vaginal inexplicable
- ◆ Cáncer conocido o sospechado
- ◆ Embarazo conocido o sospechado
- ◆ Enfermedad del hígado

Es posible que las mujeres que tienen menos de 35 años y fuman, y que tengan o hayan tenido migrañas, enfermedad de la vesícula biliar, hipertensión, diabetes, epilepsia, enfermedad de la hematía falciforme, cirugía electiva, un historial de coágulos de sangre, de enfermedad del hígado o el corazón, no puedan tomar anticonceptivos hormonales. Su profesional clínico o doctor puede decidir.

### Fertilidad futura

Las mujeres que quieran salir embarazadas pueden dejar de tomar anticonceptivos hormonales en cualquier momento. La fertilidad puede volver inmediatamente o después de algunos meses.

### Ventajas

- ◆ Disminución del riesgo de embarazo indeseado.
- ◆ A pesar de que el sangrado en medio del ciclo es muy común, la mayoría de las mujeres no tendrán periodos después del uso continuo por 6 meses.
- ◆ Fácil de usar.
- ◆ Puede aliviar algunos síntomas del Síndrome premenstrual, incluyendo las migrañas menstruales y la anemia
- ◆ No afecta la fertilidad futura.
- ◆ No interrumpe la estimulación sexual.
- ◆ Es posible que proteja contra el cáncer uterino y de los ovarios.
- ◆ Puede reducir el acné.

### Desventajas

- ◆ No protege contra las infecciones de transmisión sexual, incluyendo el VIH/SIDA.
- ◆ Las píldoras se deben tomar todos los días.
- ◆ Menos efectivo con algunas drogas.
- ◆ Aumenta el riesgo de ataque al corazón y embolio.
- ◆ Requiere una receta médica.

### Interacciones con otras drogas

La efectividad de los métodos anticonceptivos hormonales disminuye cuando se toman con ciertos medicamentos, incluyendo antibióticos, medicinas para los embolios, tuberculosis y migrañas. Si está tomando alguna medicina, dígaselo a su proveedor clínico. Cuando tome medicinas que pudieran interferir con el anticonceptivo, considere añadir otro método anticonceptivo de respaldo, como condones y espermicida. Tal como con todas las drogas, es bueno informales a todos sus proveedores médicos si está tomando un método anticonceptivo hormonal.

### Señales de peligro

Las mujeres que experimenten cualquiera de los siguientes síntomas mientras toman anticonceptivos hormonales deben llamar a la clínica de inmediato:

- Dolores abdominales (severos)
- Dolor de pecho o falta de aliento
- Dolores de cabeza (severos)
- Problemas de la vista, tales como visión borrosa
- Dolor severo de las piernas o brazos o entumecimiento

### Recursos

Cedar River Clinics: [www.CedarRiverClinics.org](http://www.CedarRiverClinics.org)

Feminist Women's Health Center: [www.FWHC.org](http://www.FWHC.org)

Tabla de comparación de métodos de control de la natalidad [www.birth-control-comparison.info](http://www.birth-control-comparison.info)

Nuestros Cuerpos, Nuestras Vidas:  
[www.ourbodiesourselves.org/ncnv.htm](http://www.ourbodiesourselves.org/ncnv.htm)

Anticonceptivo de Emergencia: [www.not-2-late.com](http://www.not-2-late.com)

Información sobre anticonceptivos: [www.saludhoy.com](http://www.saludhoy.com)

Infecciones de transmisión sexual:  
[www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/sexuallytransmitteddiseases.html](http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/sexuallytransmitteddiseases.html)

[www.fhi.org/sp/Topics/STI.htm](http://www.fhi.org/sp/Topics/STI.htm)