



**Guía de usuaria.
Cómo tomar
tu anticonceptivo
hormonal
combinado oral
de pauta diaria.**

Qué es un anticonceptivo hormonal combinado oral (AOC) de pauta diaria

Son anticonceptivos orales que contienen dos tipos de comprimidos en cada blíster: comprimidos con principios activos (comprimido activo) y comprimidos sin principios activos (placebo).

Cada comprimido activo contiene dos tipos de hormonas, un estrógeno y un progestágeno, con acción anticonceptiva.

Cómo tomar un anticonceptivo hormonal combinado oral (AOC) de pauta diaria:

Debe tomarse un comprimido al día durante 28 días consecutivos. Los comprimidos deben tomarse cada día aproximadamente a la misma hora, si es necesario con un poco de líquido, en el orden que se muestra en el blíster. Cada nuevo blíster debe empezarse el día después del último comprimido del blíster anterior.

Entre 2-3 días después de haber empezado a tomar los comprimidos de placebo puedes tener un sangrado similar a la regla llamado sangrado por privación, que puede no haber terminado al empezar el siguiente blíster.





Cómo empezar a tomar un anticonceptivo hormonal combinado oral (AOC) de pauta diaria

Sin haber utilizado previamente anticonceptivos hormonales (en el último mes):

Empieza a tomarlo el día 1 de tu ciclo menstrual, es decir, el primer día de regla.

Al cambiar desde otro anticonceptivo oral combinado (AOC):

Empieza el día siguiente de haber tomado el último comprimido que contenga principios activos del anticonceptivo hormonal previo, o, como muy tarde, el día posterior al intervalo habitual sin comprimidos o con comprimidos de placebo de tu anticonceptivo hormonal previo.

Al cambiar desde un anillo vaginal o parche transdérmico:

Empieza el día de la retirada del último anillo o parche de un envase de un ciclo, o, como muy tarde, cuando debería haberse producido la siguiente aplicación.

Al cambiar desde un método con solo progestágeno (anticonceptivo oral de progestágeno solo, inyección, implante o Sistema de liberación intrauterino (SLI) que libera progestágeno):

Si anteriormente se ha tomado el anticonceptivo oral que contiene solo progestágeno, el cambio puede hacerse cualquier día.

Si anteriormente el método anticonceptivo con solo progestágeno era un implante o un SLI el cambio debe hacerse el día de su retirada, en caso de que el cambio sea desde un inyectable este debe hacerse cuando tocarse la siguiente inyección.



En todos estos casos, durante los primeros 7 días de tomar el AOC, es necesario el uso adicional de un método de barrera, como puede ser el preservativo.

Después de un aborto en el primer trimestre de embarazo:

Puedes empezar a tomarlo inmediatamente. En este caso no es necesario tomar medidas anticonceptivas adicionales.

Después del parto o de un aborto en el segundo trimestre:

Empieza a tomar el AOC el día 21-28 después del parto o del aborto en el segundo trimestre. Si empiezas más tarde, debes utilizar de forma adicional un método de barrera durante los primeros 7 días. No obstante, si ya has mantenido relaciones sexuales, se debe excluir el embarazo antes de empezar a tomar el AOC actual, o esperar a tu primer periodo menstrual.



Qué debes hacer si se te ha olvidado tomar algún comprimido.

Los comprimidos de placebo no hay que tenerlos en cuenta, si se produce el olvido de un comprimido placebo deberá desecharse y continuar el día siguiente con el comprimido correspondiente. Las siguientes recomendaciones sólo se refieren a los comprimidos activos que se hayan olvidado:

Si olvidaste tomar el comprimido hace menos de 12 horas.

¿Qué debo hacer inmediatamente?

Toma el último comprimido que hayas olvidado tan pronto te acuerdes.

¿Cómo continuo mi toma de anticonceptivo?

Sigue tomando los comprimidos a la hora habitual.

¿Necesito utilizar un método anticonceptivo adicional?

No es necesario

¿Podría estar embarazada?

No, ya que la protección anticonceptiva no disminuye.

Ten en cuenta que...

Si has olvidado tomar algún comprimido y después no tienes menstruación en el primer periodo normal sin comprimidos activos, debes considerar la posibilidad de estar embarazada.

Qué debes hacer si se te ha olvidado tomar algún comprimido.*

Los comprimidos de placebo no hay que tenerlos en cuenta, si se produce el olvido de un comprimido placebo deberá desecharse y continuar el día siguiente con el comprimido correspondiente. Las siguientes recomendaciones sólo se refieren a los comprimidos activos que se hayan olvidado:

Si olvidaste tomar el comprimido hace más de 12 horas.

Olvido en la semana 1

¿Qué debo hacer inmediatamente?

Toma el último comprimido que hayas olvidado tan pronto te acuerdes, incluso si esto significa tomar dos comprimidos al mismo tiempo.

¿Cómo continuo mi toma de anticonceptivo?

Sigue tomando los comprimidos a la hora habitual.

¿Necesito utilizar un método anticonceptivo adicional?

Si, deberías utilizar un método de barrera (preservativo) durante los 7 días siguientes y considerar la anticoncepción de urgencia.

¿Podría estar embarazada?

Si en los 7 días previos has mantenido relaciones sexuales, podrías estar embarazada.

Ten en cuenta que...

Cuanto más comprimidos hayas olvidado y más cerca estén de la fase de comprimidos de placebo, mayor es el riesgo de embarazo.

Si has olvidado tomar algún comprimido y después no tienes menstruación en el primer periodo normal sin comprimidos activos, debes considerar la posibilidad de estar embarazada.

* Estas pautas no son aplicables a los preparados con 4 tipos de comprimidos activos con diferentes concentraciones de las mismas hormonas en cada uno.



Qué debes hacer si se te ha olvidado tomar algún comprimido.*

Los comprimidos de placebo no hay que tenerlos en cuenta, si se produce el olvido de un comprimido placebo deberá desecharse y continuar el día siguiente con el comprimido correspondiente. Las siguientes recomendaciones sólo se refieren a los comprimidos activos que se hayan olvidado:

Si olvidaste tomar el comprimido hace más de 12 horas.

Olvido en la semana 2

¿Qué debo hacer inmediatamente?

Toma el último comprimido que hayas olvidado tan pronto te acuerdes, incluso si esto significa tomar dos comprimidos al mismo tiempo.

¿Cómo continuo mi toma de anticonceptivo?

Sigue tomando los comprimidos a la hora habitual.

¿Necesito utilizar un método anticonceptivo adicional?

No es necesario si has tomado correctamente los comprimidos durante los 7 días anteriores al primer comprimido olvidado. Si éste no es el caso, o si te has olvidado más de 1 comprimido, deberías utilizar el preservativo durante 7 días.

¿Podría estar embarazada?

No, siempre que hayas tomado los comprimidos correctamente durante los 7 días anteriores al comprimido olvidado.

Ten en cuenta que...

Si has olvidado tomar algún comprimido y después no tienes menstruación en el primer periodo normal sin comprimidos activos, debes considerar la posibilidad de estar embarazada.

* Estas pautas no son aplicables a los preparados con 4 tipos de comprimidos activos con diferentes concentraciones de las mismas hormonas en cada uno.



Qué debes hacer si se te ha olvidado tomar algún comprimido.*

Los comprimidos de placebo no hay que tenerlos en cuenta, si se produce el olvido de un comprimido placebo deberá desecharse y continuar el día siguiente con el comprimido correspondiente. Las siguientes recomendaciones sólo se refieren a los comprimidos activos que se hayan olvidado:

Si olvidaste tomar el comprimido hace más de 12 horas.

Olvido en la semana 3

¿Qué debo hacer inmediatamente?

Toma el último comprimido que hayas olvidado tan pronto te acuerdes, incluso si esto significa tomar dos comprimidos al mismo tiempo.

¿Cómo continuo mi toma de anticonceptivo?

Sigue tomando los comprimidos a la hora habitual, desecha los 7 comprimidos de placebo y empieza a tomar el siguiente blíster inmediatamente.

¿Necesito utilizar un método anticonceptivo adicional?

No es necesario si has tomado correctamente los comprimidos durante los 7 días anteriores al primer comprimido olvidado. Si éste no es el caso, o si te has olvidado más de 1 comprimido, deberías utilizar el preservativo durante 7 días.

¿Podría estar embarazada?

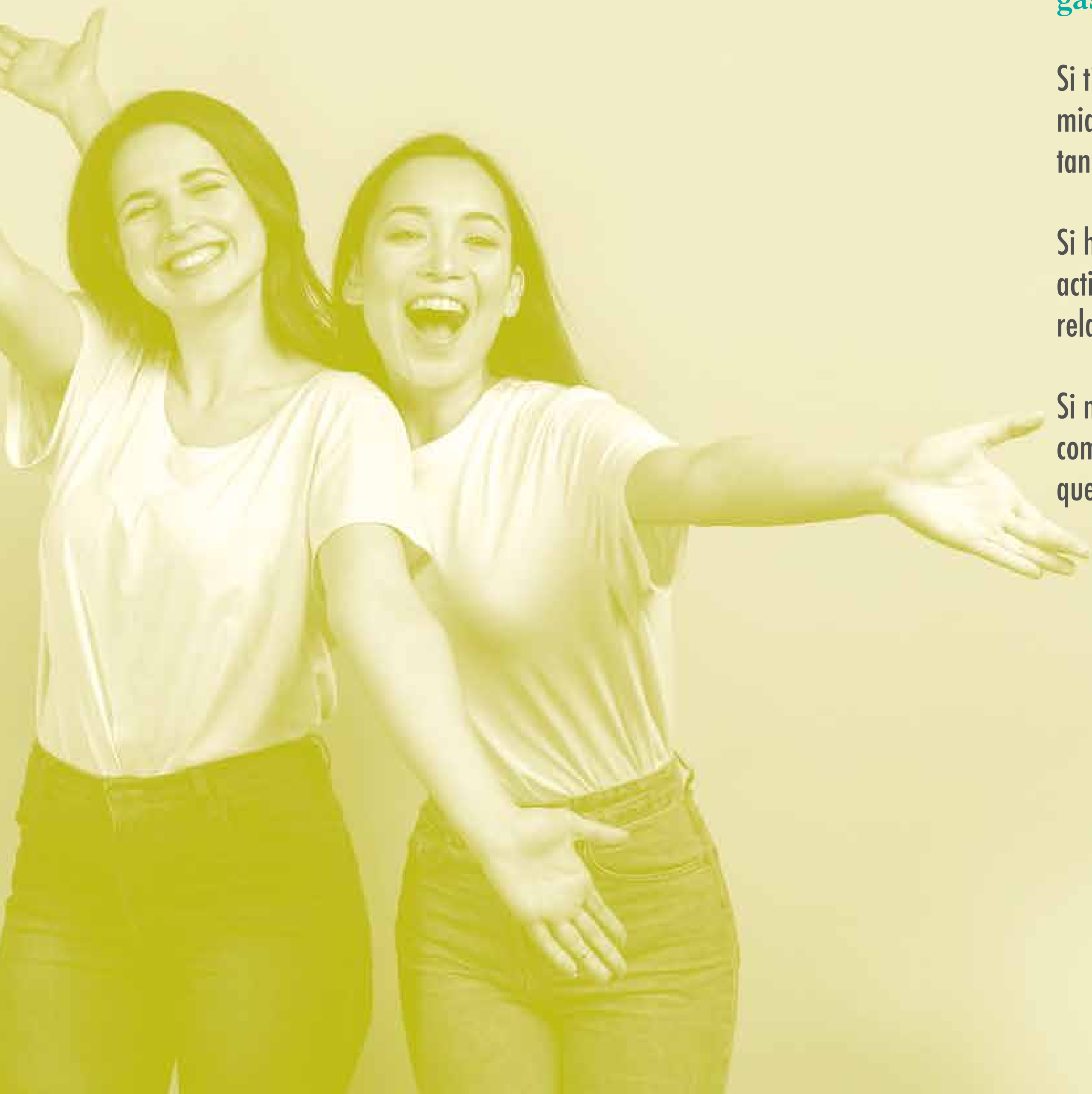
Hay mayor riesgo de reducción de la protección anticonceptiva por lo cercano a la toma de placebo. Este riesgo disminuye si se ha ajustado la pauta de toma de tu anticonceptivo.

Ten en cuenta que...

Es posible que presentes manchado o sangrado intermenstrual los días que estés tomando los comprimidos. Si has olvidado tomar algún comprimido y después no tienes menstruación en el primer periodo normal sin comprimidos activos, debes considerar la posibilidad de estar embarazada.

* Estas pautas no son aplicables a los preparados con 4 tipos de comprimidos activos con diferentes concentraciones de las mismas hormonas en cada uno.





Qué hacer en caso de trastornos gastrointestinales

Si tienes vómitos 3-4 horas después de tomar un comprimido activo, debes tomar un nuevo comprimido activo tan pronto como sea posible.

Si han pasado más de 12 horas sin tomar un comprimido activo, debes seguir las recomendaciones que se dan en relación con los comprimidos olvidados.

Si no quieres modificar tu programa normal de toma de comprimidos, debes tomar los comprimidos adicionales que necesites de otro blíster.



GEDEON RICHTER

La salud es nuestra misión