¿Qué pasa si me olvido de tomar la píldora?

- Si se se olvida de tomar la píldora, es posible quedar embarazada, y también es posible que experimente algún sangrado entre el periodo menstrual.
- Si se olvida de tomar una, tómela tan pronto como se dé cuenta de no haberla tomado. Tome la próxima píldora a la hora usual. No hay problema en tomar dos píldoras a la vez si usted se ha olvidado de tomar una.
- Si se olvida de tomar dos píldoras, tome la píldora que se le haya olvidado más recientemente lo más pronto posible. Bote cualquier otra píldora que se le haya olvidado tomar. Continúe tomando las demás píldoras como de costumbre aunque esto signifique tomar dos píldoras el mismo día. Algunas mujeres tienen un poco de náuseas cuando toman dos píldoras a la vez. Utilice un método anticonceptivo complementario (preservativos, película, espuma) hasta que haya tomado las píldoras por 7 días seguidos.
- Si se olvida de tomarlas por tres días seguidos, siga tomando las píldoras una vez al día y utilice un método anticonceptivo complementario. Llame al departamento de salud y hable con una enfermera de salud pública para saber lo que necesita hacer.

ML-005087 9/13

Señales de advertencia

Es raro que las píldoras anticonceptivas causen problemas de salud. A continuación se encuentran algunas señales de advertencia de problemas.

Dolor abdominal (severo), que tal vez indique la ruptura de un tumor en el hígado, un quiste, o un embarazo ectópico.

Dolor de pecho (agudo, opresivo o pesadez), es indicio de un posible infarto; falta de aire repentina, una tos persistente o toser sangre, los cuales pueden indicar un coágulo de sangre en los pulmones.

Dolores de cabeza (repentinos, severos) o vómitos, mareo o desmayo, debilidad o una sensación de entumecimiento en un brazo o una pierna, o trastornos del habla, los cuales pueden indicar un derrame cerebral.

Problemas de visión (visión borrosa, luces parpadeantes o una pérdida parcial/total de visión) que pueden indicar un posible coágulo en el ojo u otros problemas relacionados con el flujo sanguíneo.

Dolor repentino en la pantorrilla o el muslo; o enrojecimiento, calor o hinchazón de la pantorrilla o del muslo, que pueden indicar posibles coágulos.

Si presenta cualquiera de estas señales de advertencia, llame cuanto antes a su proveedor de cuidado de salud.

Si fuma – ¡DEJE DE HACERLO! Las mujeres que fuman tienen mayor probabilidad de presentar problemas graves de salud cuando toman píldoras anticonceptivas que las mujeres que no fuman.

¡Las píldoras anticonceptivas son un método de planificación familiar muy confiable si se toman correctamente. Sin embargo, ningún método es 100% eficaz, con la excepción de la abstinencia (no tener relaciones sexuales).

Si tiene alguna pregunta, llame al:

Parcialmente subvencionado por el subsidio del Título X.

Una guía para el uso de píldoras anticonceptivas combinadas

DHEC

PROMOTE PROTECT PROSPER

South Carolina Department of Health and Environmental Control

www.scdhec.gov

Cómo empezar a tomar sus píldoras anticonceptivas

Inicie la toma de sus píldoras anticonceptivas en una de las siguientes formas:

- ❑ **Inicio inmediato** - Inicie la toma de sus píldoras el día de hoy si no está embarazada y si no ha tenido relaciones sexuales sin protección desde su último periodo menstrual.
- ❑ **Inicio en el primer día** - Inicie la toma en el primer día de su periodo menstrual.
- ❑ **Inicio el domingo** - Inicie la toma el primer domingo después del comienzo de su periodo menstrual. Si su periodo empieza el domingo, inicie la toma de sus píldoras anticonceptivas ese mismo día.
- ❑ _____

  _____

- Utilice un método anticonceptivo complementario cada vez que tenga relaciones sexuales hasta que inicie la toma de sus píldoras y **durante la primera semana (siete días) de su primer paquete de píldoras.**
- Los métodos anticonceptivos complementarios incluyen preservativos y película o espuma anticonceptiva.
- Algunas mujeres tienen náuseas cuando inician la toma de píldoras anticonceptivas. Si esto ocurre, tome la píldora con comida. Si se acuesta a la misma hora todas las noches puede ser de ayuda tomar la pastilla a la hora de dormir. Si esto no ayuda, no deje de tomar las píldoras antes de hablar con una enfermera en el departamento de salud pública o con su proveedor de cuidado de salud.
- Algunas mujeres experimentan algún manchado o sangrado durante la toma de los primeros 2 o 3 paquetes de píldoras. Si usted experimenta manchado o sangrado durante más tiempo, llame al departamento de salud pública y hable con la enfermera.
- Lea el prospecto que acompaña al paquete de píldoras.

Cómo tomar sus píldoras anticonceptivas

- Tome una píldora por vía oral todos los días. Tómela a la misma hora todos los días. Asociar la toma a algo que haga todos los días a la misma hora como lavarse los dientes puede ayudarle a recordar tomar sus píldoras.
- Revise el paquete de píldoras para asegurarse de que tomó su píldora el día anterior.
- Tan pronto como termine un paquete de píldoras, empiece el próximo paquete justo al día siguiente. Nunca se salte un día mientras esté tomando píldoras anticonceptivas.
- Marque su calendario para recordar cuándo empezar su próximo paquete de píldoras. Algunas mujeres marcan el calendario todos los días después de tomar su píldora.
- Utilice un método anticonceptivo complementario si ocurre cualquiera de las siguiente cosas:
  - Se olvidó de tomar una píldora
  - No empezó su nuevo paquete en el día adecuado
  - Tiene vómitos o diarrea severa
  - Tiene algún sangrado o manchado entre el periodo menstrual
- Puede que necesite usar un método anticonceptivo complementario si inicia la toma de ciertos medicamentos. Antes de iniciar la toma de cualquier medicamento, pregúntele a su proveedor de cuidado de salud o a su farmacéutico si es necesario usar un método anticonceptivo complementario. Esto incluye medicinas que se venden sin receta y productos herbales.
- La mayoría de las mujeres tienen su periodo menstrual durante la toma de las últimas siete píldoras del paquete. Muchas mujeres tienen periodos menos abundantes y más cortos cuando toman la píldora.
- Siempre y cuando usted haya tomado las píldoras a la hora adecuada todos los días y no se haya saltado ninguna , si no tiene un periodo menstrual, lo más probable es que no esté embarazada. A veces las mujeres se saltan un periodo menstrual cuando toman píldoras anticonceptivas.
- Si se salta dos periodos menstruales, o si se ha olvidado de tomar las píldoras y no tiene su periodo menstrual, llame al departamento de salud pública y pídale a la enfermera si necesita hacerse una prueba de embarazo.
- NO es necesario "descansar de tomar" las píldoras anticonceptivas. **¡Si deja de tomar las píldoras no está protegida contra el embarazo!**
- Si está pensando en dejar de tomar sus píldoras anticonceptivas **NO lo haga** hasta que no haya hablado con una enfermera del departamento de salud pública.
- Las píldoras anticonceptivas NO protegen contra el VIH, SIDA u otras infecciones de transmisión sexual. Siempre escoja con cuidado a sus parejas sexuales y siempre use preservativo.
- Póngase en contacto con el departamento de salud pública para programar una cita cuando:

  _____

  _____