



Anticonceptivos Posparto Después de un Embarazo de Alto Riesgo: Píldoras Anticonceptivas Combinadas

Datos Breves Acerca de las Píldoras Anticonceptivas Combinadas

- Las píldoras anticonceptivas combinadas son un método anticonceptivo muy eficaz: de 100 mujeres, 7 quedarán embarazadas el primer año de uso de este método.
- Usted debe recordar tomar una píldora todos los días para evitar el embarazo.
- Las píldoras combinadas ofrecen muchos otros beneficios además del control de la natalidad. Regulan sus períodos menstruales, reducen la cantidad de sangrado y reducen el dolor menstrual. También pueden controlar el acné, reducir el riesgo de cáncer ovárico y uterino y ayudar con el síndrome premenstrual.
- Hay un período de espera de 3 a 6 semanas para comenzar a usar la píldora combinada después de tener un bebé. Necesitará usar otro método anticonceptivo o abstenerse de tener relaciones sexuales durante este tiempo.
- Las píldoras combinadas son seguras para la mayoría de mujeres. Si tiene ciertas afecciones médicas no se recomienda la píldora pero otro método anticonceptivo podría ser una buena opción para usted. Hable con su proveedor de atención médica acerca de los riesgos y beneficios de usar la píldora si tiene un trastorno médico subyacente.



“Combinadas” significa que el método contiene dos hormonas, estrógeno y progestina. Estos métodos incluyen píldoras anticonceptivas combinadas, el anillo vaginal y el parche dérmico. Esta hoja informativa describe las píldoras anticonceptivas combinadas.

¿Qué son?

Las píldoras anticonceptivas combinadas contienen estrógeno y progestina. Usted toma una píldora al día.

¿Cómo Funcionan?

La píldora combinada evita cada mes la liberación del óvulo del ovario.

¿Qué tan eficaz es?

Uso actual o uso típico, 7 de cada 100 mujeres que usan el método quedarán embarazadas durante el primer año de uso.

¿Cuánto dura el efecto?

Usted debe tomar una píldora todos los días. Faltar píldoras aumenta la probabilidad de embarazo.

¿Cómo se obtienen?

Para obtener las píldoras combinadas se requiere una receta de un proveedor de atención médica.

¿Qué tan pronto puede tomarse después de dar a luz al bebé?

Necesitará esperar por lo menos 3 semanas y, en algunos casos, hasta 6 semanas después del parto, para comenzar a usar la píldora combinada. embarazo.

Tipos de píldoras combinadas

Cuando se inventó la píldora anticonceptiva combinada hace más de 50 años, estaba diseñada para simular un ciclo menstrual de 28 días. Las píldoras, que contenían hormonas (llamadas “píldoras activas”), se tomaban durante 3 semanas. Luego venía una semana de píldoras sin hormonas (llamadas “píldoras inactivas”). Durante la semana de píldoras inactivas, la mujer presentaba un sangrado vaginal similar a un período menstrual (sin embargo no era un período menstrual real; el sangrado se presentaba porque las píldoras inactivas no tenían hormonas). A diferencia de un período menstrual, este tipo de sangrado no tiene un propósito de salud. La razón del mismo es que los científicos pensaban que una semana de sangrado haría que la píldora

fuera más aceptable para las mujeres. Hoy en día, muchas de las marcas de píldoras combinadas siguen con este programa. Sin embargo, en la actualidad algunas marcas difieren en las siguientes maneras:

- ⦿ Dosis fijas de hormonas frente a dosis diferentes de hormonas. Una píldora monofásica tiene la misma dosis de estrógeno, progestina, o ambas durante las 3 semanas de píldoras activas. Las píldoras bifásicas tienen dos y las píldoras trifásicas tienen tres dosis diferentes de hormonas. Tener estos niveles diferentes de hormonas puede reducir los efectos secundarios en algunas mujeres.
- ⦿ Número de píldoras inactivas. Algunas marcas de píldoras tienen 4 días de píldoras inactivas en lugar de 7. Reducir el número de píldoras inactivas reduce el número de días de sangrado en la mujer.
- ⦿ Número de píldoras activas. Las píldoras de ciclo extendido vienen en paquetes de 91 píldoras. Usted toma una píldora activa durante 84 días, y luego 7 píldoras inactivas. Esto le da 4 períodos de sangrado al año. También puede tomar píldoras activas de un paquete regular de píldoras de manera que nunca tenga sangrado.

Ventajas

- ⦿ **Eficacia.** Si bien las píldoras combinadas no son tan eficaces como el dispositivo intrauterino (IUD, por sus siglas en inglés), aún así son **moderadamente eficaces**.
- ⦿ **Método reversible.** Si desea quedar embarazada, deje de tomar las píldoras. El retorno de la fertilidad no se retrasa. Además, no tiene que esperar para comenzar a tratar de quedar embarazada.
- ⦿ **Períodos regulares y menos cólicos menstruales.** Las píldoras combinadas regulan los períodos y pueden hacerlos más cortos y menos abundantes. Las hormonas de las píldoras combinadas también ayudan a reducir el dolor y los cólicos menstruales. De hecho, con frecuencia se usan en el tratamiento de los síntomas de endometriosis y el sangrado menstrual abundante.
- ⦿ **Otras ventajas.** Las píldoras combinadas reducen los síntomas premenstruales, reducen el riesgo de cáncer ovárico y uterino, y mejoran el acné.

Posibles Efectos Secundarios y Riesgos

- ⦿ **Deben tomarse todos los días.** Es importante tomar una píldora todos los días. Omitir una dosis aumenta la posibilidad de quedar embarazada. **[Sepa qué hacer si omite tomar una píldora.](#)** Si tiene problemas para acordarse de tomar sus píldoras puede usar una aplicación de recordatorios o una alarma telefónica.
- ⦿ **Riesgos para mujeres con problemas de salud.** Para la mayoría de mujeres las píldoras anticonceptivas son muy

seguras, pero algunas mujeres no deben tomar píldoras anticonceptivas. Las píldoras anticonceptivas combinadas aumentan el riesgo de formación de coágulos sanguíneos en las venas profundas de las piernas. Este trastorno se llama trombosis de vena profunda o TVP. También aumentan el riesgo de derrame cerebral y ataque cardíaco. Estos riesgos son menores en la mayoría de mujeres pero pueden ser mayores en el caso de mujeres con factores de riesgo de presentar estos problemas. Con algunos trastornos de salud, los riesgos de usar la píldora anticonceptiva combinada son mayores que los beneficios y generalmente se recomienda no usarla. Con otros problemas de salud, las ventajas de usar la píldora combinada, menos sangrado y dolor menstrual, por ejemplo, además de evitar el embarazo, pueden contrarrestar los riesgos. Muchas cosas pueden afectar sus riesgos y beneficios individuales, tal como su edad, si ha tenido el trastorno anteriormente o si todavía lo tiene, cómo se controla y lo que usted desea de un método anticonceptivo. Es esencial que hable sobre los posibles riesgos y beneficios con su proveedor de atención médica si tiene un trastorno de salud y desea usar la píldora combinada (ver el Cuadro 1).

- ⦿ **Período de espera después de tener un bebé.** Durante las primeras semanas después del parto, las mujeres tienen mayor riesgo de sufrir TVP. Las píldoras anticonceptivas combinadas aumentan más aún el riesgo de TVP. Debido a ello usted debe esperar por lo menos **3 semanas después del parto** para comenzar a usar la píldora combinada. Para algunas mujeres los períodos de espera deben ser aun mayores:
 - Mujeres con los siguientes factores de riesgo de TVP.** Si usted tiene los siguientes factores de riesgo adicionales de sufrir TVP después de tener un bebé, debe esperar de **4 a 6 semanas después del parto** para comenzar a usar la píldora.
 - 35 años o más
 - Parto por cesárea
 - Actualmente está confinada a guardar cama o inmóvil por otro motivo
 - Transfusión durante el parto
 - Obesidad
 - Hemorragia posparto
 - Preeclampsia
 - Fuma

Tenga en cuenta que si tiene otros factores de riesgo de TVP no mencionados en esta lista (**ver el Cuadro**), no se recomienda el uso de la píldora anticonceptiva combinada.

—Mujeres que están amamantando. Si está amamantando, algunos expertos recomiendan esperar una o dos semanas adicionales después del parto (**30 días** para mujeres sin factores de riesgo adicionales de TVP) para comenzar a usar la píldora combinada. El estrógeno en las píldoras afecta (aunque no siempre) la cantidad de leche materna que genera su cuerpo cuando usted comienza a amamantar.

Los problemas de lactancia son más comunes en algunas mujeres, por ejemplo, quienes tuvieron problemas anteriormente o quienes tienen ciertos trastornos de salud. Además, los bebés prematuros pueden necesitar más tiempo para aprender a amamantar.

- Ⓢ **Cirugía bariátrica.** Si ha tenido ciertos tipos de cirugía bariátrica, tal como bypass gástrico o derivación biliopancreática, es posible que su cuerpo no pueda absorber las hormonas de las píldoras anticonceptivas. Esto puede hacer menos eficaz a la píldora. Sin embargo puede usar el parche o el anillo anticonceptivo.
- Ⓢ **Efectos secundarios menores.** Los efectos secundarios de la píldora anticonceptiva incluyen náusea y senos adoloridos durante los primeros meses.
- Ⓢ **Sangrado intermenstrual.** Podría tener sangrado "intermenstrual" (goteo o sangrado leve entre los tiempos de sangrado programados) a medida que su cuerpo se adapta a las hormonas de las píldoras combinadas. Este tipo de sangrado generalmente desaparece dentro de algunos meses de uso.

Para encontrar un especialista en medicina materno-fetal en su localidad, visite <https://www.smfm.org/members/search>.

La serie de educación para pacientes del Society for Maternal-Fetal Medicine (Sociedad de Medicina Materno-Fetal) refleja el contenido de las pautas actuales publicadas por SMFM. Cada uno de los documentos de la serie ha atravesado un proceso de revisión interna extensa antes de su publicación. Los documentos de educación para pacientes no se deben usar para reemplazar los consejos y la atención de un profesional médico.

Píldoras Anticonceptivas Combinadas y Trastornos Médicos Preexistentes

Si tiene algunos de los siguientes trastornos médicos y desea usar la píldora anticonceptiva combinada, hable primero con su proveedor de atención médica acerca de los riesgos y beneficios. Si tiene algunos de los siguientes trastornos, no debería usar la píldora combinada. En el caso de otros trastornos, los beneficios de usar la píldora pueden contrarrestar los riesgos en su caso específico. Si no puede usar la píldora combinada, hay otros métodos que pueden ser buenas opciones para usted.

- Historial de cáncer o cáncer actual de mama
- TVP actual o historial de TVP
- Historial de derrame cerebral o enfermedad de las arterias coronarias
- Valvulopatía cardíaca con complicaciones
- Alta presión sanguínea
- Diabetes con valvulopatía o diabetes por más de 20 años
- Enfermedad de Crohn o colitis ulcerosa con factores de riesgo adicionales de TVP (tales como enfermedad activa o severa, cirugía o uso de corticosteroides)
- Migrañas con aura
- Cirugía mayor que la mantiene en cama o inmóvil por largo tiempo
- Trastornos de coagulación hereditarios (por ej., factor V Leiden, mutación del gen de la protrombina y otros)
- Lupus con anticuerpos antifosfolípidos
- Trasplante de órgano sólido con complicaciones
- Cardiomiopatía periparto
- Fumar y tener 35 años o más
- Problemas hepáticos, incluso ciertos tumores del hígado, cirrosis severa o hepatitis viral (recientemente diagnosticada o una reagudización de hepatitis existente)
- Múltiples factores de riesgo de enfermedad cardíaca



Society for
Maternal • Fetal
Medicine

High-risk pregnancy experts