

MÉTODO HORMONAL: LA PÍLDORA



¿Cuándo y cómo tomar la píldora?

Si es la primera vez que vas a tomar la píldora, espera a que empiece tu próxima regla.

- El primer día de la regla, es decir, el primer día de la hemorragia menstrual, tomaras la primera gragea. Debe seguirse el orden marcado en el envase. En unos casos los envases están numerados, en ese caso comienza por la píldora que corresponda al numero 1; en otros casos están marcadas con las iniciales del día de la semana, deberás comenzar por la gragea que este marcada con las iniciales del día en que corresponda empezar.
- Los envases tienen 21 grageas que deben tomarse a razón de 1 diaria durante 21 días consecutivos seguidos de 7 días de descanso en los que aparecerá la regla.
- Pasados los 7 días se comenzara un nuevo envase por la píldora que corresponda, incluso si aun no ha terminado la regla.
- Debe tomarse las grageas todos los días aproximadamente a la misma hora.

¿Qué sucede cuando...

...olvidas tomar una de las pastillas?

Si no han pasado mas de 12 horas desde la hora que debías tomarla, no te preocupes, toma inmediatamente la gragea que se te había olvidado y luego continúa tomando el resto de las grageas a la hora y el día que corresponde. El efecto anticonceptivo no disminuye.

Si han pasado más de 12 horas, debes tomar la pastilla olvidada y continuar con el resto de envase a la hora habitual, pero ten en cuenta que en este caso la protección frente al embarazo puede ser menor, por lo que debes utilizar preservativo durante los 7 días siguientes al del "olvido" si mantienes relaciones sexuales.

... olvidas dos o mas pastillas?

La protección frente al embarazo no está garantizada. Utiliza algún método de barrera si mantienes relaciones sexuales.

Deja de tomar pastillas del envase empezado, lo normal es que en los 7 días siguientes te baje la regla. El primer día de hemorragia, cuando te baje la regla, debes comenzar por un nuevo envase.

... tienes algún vomito o diarrea?

- **Si han pasado menos de 4 horas** desde que tomaste la gragea, no ha habido tiempo de que haga efecto, por lo que debes tomar una gragea de otro envase (que guardarás por si te vuelve a suceder algo parecido) y que sea del mismo día o del mismo color que la que habías tomado. Continúa después tomando normalmente las grageas del envase que estabas usando.
- **Si han pasado mas de 4 horas** desde que tomaste la pastilla hasta que sucedió el vomito o la diarrea. En ese caso no te preocupes ya que hay tiempo suficiente para que haga efecto y estés protegida.

Sigue tomando las pastillas de la forma habitual Si los vómitos o diarreas son persistentes, consulta a tu medico.

...aparece sangrado fuera del periodo menstrual?

Esto puede suceder en algunas ocasiones, sobre todo en los primeros meses después de comenzar a tomar la píldora. Suelen ser pérdidas pequeñas. No te preocupes ni debes interrumpir la toma de la píldora. Si los sangrados se mantienen mas de tres meses seguidos consulta con tu medico.

...necesito tomar otros medicamentos?

La toma de otros medicamentos, como los antibióticos, pueden disminuir la eficacia de la píldora.

Es importante que consultes siempre a tu medico y le informes de que estas tomando la píldora para que lo tenga en cuenta cuando prescriba un tratamiento.