



Dr. Ricardo Gómez B.

Ginecología – Obstetricia – Genética Médica- Diagnóstico Prenatal

Indicaciones de uso de anticonceptivos orales

Voy a tomar: BELARA O YASMIN O GYNORELLE O NORDETTE O MINIGYNON O LO QUE HAYA

Primera caja (21 grageas). Las pastillas se toman entre el 1 y 5 días de la regla, personalmente me gusta empezarlas un viernes o sábado para que la paciente no vea menstruación los fines de semana si gusta de ir a la playa o practicar actividades al aire libre. Las pastillas se toman durante 21 días, preferiblemente antes de acostarse, sin obviar ningún día y siguiendo la secuencia de días estampada en el empaque

Segunda caja y sucesivas (21 grageas): Al terminar la primera caja se inicia el período de descanso de 7 días para que baje la menstruación (cosa que ocurre 3-4 días después de tomar la última gragea) y se inicia la próxima caja al 8° DIA. Veamos: si inicio caja un viernes, al finalizar los 21 días mi caja se habrá acabado un jueves; comienzo el descanso y la regla baja el Lunes, termino mi descanso un jueves (7° DIA) y reinicio las pastillas al 8° día, que cae viernes. Así es, cada 4 viernes comienzo una caja, cada 4 jueves se acaba una caja y cada 4 lunes veo la regla.

Cajas de 28 grageas: asumo las mismas condiciones de toma que los paquetes de 21 grageas pero las tomo continuamente y una caja sigue a la otra sin interrupción, la regla viene durante la 3°-4° gragea inactiva (usualmente de color diferente a las activas). En cuanto a la presentación de 28 grageas con 24 activas la única diferencia es que en vez de tener 7 grageas placebo solo tiene 4.

¿Cuándo se hace efectiva la anticoncepción? A partir de los 15 días de uso se considera inhibida la ovulación y se podrían tener relaciones sin el uso de otros métodos anticonceptivos. Durante los primeros 15 días de uso se sugiere abstinencia o el uso de preservativos (los fabricantes refieren efecto anticonceptivo a partir del 7 día de uso, pero yo duplico el lapso para mayor seguridad)

¿Que pasa si se me olvida tomar una o más "pastillas"?

1 sola pastilla: me tomo la pastilla olvidada inmediatamente cuando me recuerdo y la que me toca ese día me la tomo en el horario de siempre. Por ejemplo, yo me tomo las pastillas a las 9 PM pero se me olvidó hacerlo, me recuerdo a las 7 de la mañana del día siguiente y me tomo mi pastilla en ese momento. La pastilla de ese día me la tomo a la hora usual (9 PM) y no ha pasado nada, no tengo que cuidarme de otra forma ni temer salir embarazada

2 o más pastillas: al transcurrir más de 24 horas si tomar hormonas no se puede garantizar que la ovulación sea inhibida y existen posibilidades de salir embarazada. Si se te olvidan mas de 2 tomas se continua tomando las pastillas una al día (no debes tomarte todas las pastillas olvidadas de un golpe, no sirve para nada) pero cuidate con métodos alternos (preservativos) hasta que tengas al menos 15 días tomando pastillas activas. Consulta con tu ginecólogo para volver a sincronizar las menstruaciones con el momento de la semana que te sea mas conveniente.

LA ANTICONCEPCION SE HACE EFECTIVA AL CUMPLIR 10 DIAS DE USO DE LA PRIMERA CAJA

NOTA MUY IMPORTANTE:

Debido a la escasez de casi todas las marcas de Anticonceptivos y su aparición irregular en el Mercado hace necesario que la paciente deba cambiar regularmente de marcas, dosis y tipo del contenido hormonal.

1.- Pregunte al farmacéuta sobre las OPCIONES DISPONIBLES Y SI EXISTE ALGUNA OTRA QUE MANTENGA LA MISMA FORMULACION. Este caso representaría un cambio de marca sin menoscabo en la efectividad del método y control del ciclo menstrual. Se supone habría un cambio sin efectos adversos.

2.- Si la opción disponible mantiene los mismos componentes pero en mayor o menor dosis podria haber efectos adversos. Hay que tener cuidado cuando se cambia a uno con menor dosis hormonal debido al riesgo potencial de ineficacia anticonceptiva por dosis menor. Si se es obesa hay que considerar muy bien este punto. Usualmente indicamos preservativos durante el primer ciclo del cambio para garantizar que haya inhibición adecuada de la ovulación.

3.- Cuando se pasa de una formulación de baja dosis a una de dosis mayor no debería haber inconvenientes.

4.- Sugerimos la compra de al menos 3 paquetes de anticonceptivos (si se las venden) para permitir estabilización endometrial. Esto evita sangrados irregulares por falta de adaptación endometrial ante cambios frecuentes de marca/formulación.

5.- De agravarse la escasez de anticonceptivos orales se sugiere usar Dispositivos Intrauterinos (protección por 5-10 años y sin preocuparse por anticoncepción en el futuro, OJO: no hay muchos), condones, coitus interruptus o abstenerse sexualmente.

Como médico ya ni puedo sugerir que comprar/usar; compre la que haya, compre 3 paquetes como mínimo y si no encuentra la misma compre 3 o mas paquetes de la marca existente, cambiara de pastillas frecuentemente, experimentara sangrados o manchados y potencialmente podria embarazarse. No se puede ser médico idóneo bajo estas circunstancias. La paciente deberá seguir su mejor criterio ya que los médicos nada podemos hacer ante esta situación nunca antes vivida

No se olvide de visitar mi página web: www.GINECOWEB.com Revise el artículo de Control Anual y otros tantos que serán de su interés.

Salud!

Dr. Ricardo Gómez Betancourt

Centro Médico de Caracas

Av. Mariscal Sucre, Anexo Centro Uno, Piso 5, No. 53, San Bernardino – Caracas
Telfs.: 0212- 5526888 / 3398849 – B.P. 0212- 7315111 Clave Celular: 0414-2708338