

## **Qué debes conocer sobre la Píldora Anticonceptiva**

Dra. Lucía Katabian - Dra. Carlota López Kaufman

### **¿Cómo funciona la píldora?**

La píldora está compuesta por hormonas femeninas similares a los que elabora el organismo, que actúan evitando la ovulación (la liberación del óvulo); por eso también, se la llama anovulatoria. Al no haber óvulo es muy difícil que se produzca el embarazo, por lo tanto es uno de los métodos más confiables.

### **¿Quiénes la pueden tomar?**

Toda mujer puede tomarla si no presenta alguna enfermedad que contraindique específicamente el uso de la misma.

El médico evaluará cuando están contraindicadas de acuerdo a tu historia clínica y al examen físico. Por eso, siempre se debe consultar al profesional antes de decidir su toma.

### **¿Qué otros beneficios tienen los anticonceptivos hormonales?**

- » Menor riesgo de presentar quistes de ovario y nódulos de mama.
- » Reduce la probabilidad de desarrollar carcinoma de ovario y endometrio.
- » Menor incidencia de tener un embarazo ectópico (embarazo fuera del útero).
- » Menor incidencia de enfermedad inflamatoria pelviana (infección en útero, ovarios y/o trompas de Falopio).
- » Disminución del dolor menstrual y de la cantidad de sangrado menstrual.
- » Ciclos menstruales regulares.
- » Previene la anemia por deficiencia de hierro.

### **¿Qué efectos secundarios pueden producir?**

Las pastillas no pueden producir efectos secundarios graves. Los más frecuentes son náuseas, aumento de sensibilidad en las mamas, sangrado intermenstrual o ausencia de menstruación. Estos efectos desaparecen al cabo de 2 ó 3 meses por lo cual no son motivo para suspenderlas. Si las pastillas fueron tomadas en forma correcta, la ausencia de menstruación no indica un embarazo. No obstante, para tu tranquilidad debes consultar a tu médico.

### **¿Se deben hacer “descansos”?**

No es necesario realizar “descansos”, pudiendo ser utilizada por varios años salvo que tu médico te recomienda suspenderla.

### **¿Qué pasa si tomo otra medicación?**

Se debe consultar al médico porque algunos medicamentos pueden disminuir la eficacia de los anticonceptivos hormonales.

### **¿Qué pasa si me olvido de tomar alguna pastilla?**

Es recomendable tomar las pastillas siempre a la misma hora. En caso de olvidarte debes tomarla ni bien te acuerdes. Si pasaron más de 12 horas de la hora habitual de toma se recomienda utilizar otro método anticonceptivo adicional (preservativo) sin suspenderlas.

### ¿Las pastillas engordan?

Las variaciones del peso corporal están influenciadas por múltiples factores. Está comprobado que las pastillas de baja dosis de hormonas no producen grandes modificaciones en el peso.

### ¿Al suspender las pastillas aumenta la posibilidad de quedar embarazada?

Las pastillas anticonceptivas son un método reversible, por lo tanto al suspenderlas se recupera la capacidad de embarazarse en forma normal.

### ¿Qué pasa con los óvulos que no se liberan?

Las mujeres nacen con millones de óvulos. Solamente se utilizan 500 durante la vida reproductiva; los demás no maduran e involucionan dentro del ovario. Por eso, al suspender las pastillas anticonceptivas se mantiene la capacidad reproductiva.

### ¿Puede haber más posibilidades de tener mellizos o trillizos al suspenderlas?

No, pues como te respondimos en la pregunta anterior “la mujer mantiene su fertilidad como en cualquier otro momento de su vida”.

### ¿Producen cáncer?

No se ha demostrado que el uso de las píldoras modernas de baja dosis aumenten el riesgo de producir cáncer.

### ¿Te crecen “pelos” y aparecen “granitos”?

No, las pastillas anticonceptivas no producen aumento de vello ni acné. De hecho algunas pastillas son utilizadas como tratamiento para estos trastornos.

### ¿Me protegen del SIDA?

No, el único método anticonceptivo que te protege de la infección por HIV/SIDA y otras enfermedades de transmisión sexual es el preservativo. Por eso te recomendamos la doble protección: uso de preservativo más el método anticonceptivo que el médico te indique.

### ¿Puedo fumar y tomar alcohol?

El fumar y tomar alcohol en forma excesiva es perjudicial para la salud. Las mujeres que toman pastillas anticonceptivas y fuman tienen aumentado su riesgo cardiovascular. En las mayores de 35 años su uso está contraindicado.

En cuanto al consumo de alcohol no está demostrado que disminuya la efectividad de las pastillas pero en los casos de consumo excesivo o embriaguez pueden presentarse vómitos o alteraciones de la función del hígado que alteren su eficacia.

---